

**PENGARUH MEDIA TTS DAN VIDEO ANIMASI TENTANG SARAPAN
PAGI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA SDN 101778
MEDAN ESTATE TAHUN 2020**

SKRIPSI



OLEH :

MAHARANI POHAN
NIM.0801163155

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA
MEDAN**

2020

**PENGARUH MEDIA TTS DAN VIDEO ANIMASI TENTANG SARAPAN
PAGI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA SDN 101778
MEDAN ESTATE TAHUN 2020**

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk
memperoleh gelar SARJANA KESEHATAN MASYARAKAT”

Oleh:

MAHARANI POHAN

NIM : 0801163155

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA**

MEDAN

2020

**PENGARUH MEDIA TTS DAN VIDEO ANIMASI TENTANG SARAPAN
PAGI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA SDN 101778
MEDAN ESTATE**

MAHARANI POHAN

NIM : 0801163155

ABSTRAK

Sarapan pagi termasuk dalam salah satu dari tiga belas pesan dasar gizi seimbang. Bagi anak sekolah sarapan yang cukup terbukti dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan stamina sehingga meningkatkan prestasi belajar. Seringkali anak sekolah mengabaikan sarapan dengan alasan kurangnya waktu, tidak lapar atau tidak selera makan. Padahal sarapan bukan sekedar pengganjal perut, tetapi sarapan juga memberikan energi agar tubuh bisa beraktivitas dengan optimal, otakpun bekerja dengan optimal dan tidak cepat mengantuk.

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi menggunakan media teka-teki silang dan video animasi pada siswa Sekolah Dasar Negeri 101778 Medan Estate Kecamatan Percut Sei Tuan. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan rancangan *Pretest-Posttest* Design. Jumlah sampel yang diambil adalah sebanyak 60 siswa yang sesuai dengan karakteristik penelitian. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan untuk analisis data menggunakan uji *friedman*.

Hasil analisis menunjukkan bahwa adanya pengaruh pengetahuan tentang sarapan pagi menggunakan media teka-teki silang dan video animasi yang dilihat dari peningkatan nilai rata-rata pengetahuan siswa SDN 101778 Medan Estate dan tidak terdapat pengaruh media teka-teki silang dan video animasi yang dilihat dari peningkatan nilai rata-rata pengetahuan siswa SDN 101778 Medan Estate. Kesimpulan pada penelitian ini adalah media teka-teki silang dan video animasi berpengaruh terhadap pengetahuan tentang sarapan pagi namun tidak berpengaruh terhadap sikap tentang sarapan pagi, saran pada penelitian ini adalah kepada pihak Puskesmas bekerja sama dengan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dapat menggunakan media teka-teki silang dan video animasi sebagai media komunikasi gizi dalam kegiatan pendidikan maupun penyuluhan kesehatan tentang sarapan pagi untuk merubah perilaku siswa sekolah dasar dalam mengonsumsi sarapan sehat sebelum beraktifitas di pagi hari.

Kata kunci: Sarapan Pagi, media teka-teki silang dan video animasi, pengetahuan, sikap

**MEDIA INFLUENCE OF CROSSWORD PUZZLES AND ANIMATED
VIDEOS ON KNOWLEDGE AND ATTITUDES OF STUDENTS SDN
101778 MEDAN ESTATE**

MAHARANI POHAN

NIM : 0801163155

ABSTRACT

Breakfast is included in one of the thirteen basic message of balanced nutrition. For school children breakfast sufficient proven to improve learning concentration and stamina thus improving learning achievement. Often school children ignore breakfast on the grounds of lack of time, not hungry or no appetite. Though breakfast is not just a booster stomach, but the breakfast also provides energy for the body to move with optimal, otakpun optimized to work with and not get sleepy.

The aim of this research to find out effect of a healthy morning breakfast campaign with crossword puzzles and animated videos to changes in knowledge and attitudes breakfast for elementary school student 101778 Medan Estate districts Percut Sei Tuan.. This type of research is quasi experiment (quasi-experiment) with the draft Pretest-Posttest Design. Total sample are 60 children agreeable for characteristic this research . Using questionnaires and data collection to data analysis using friedmen test

The result of the analysis showed that the change knowledge of a healthy breakfast every morning with crossword puzzle and video aniamtion as a media campaign giving healthy breakfast, as seen from the increase in the average value of the knowledge of children in public primary schools 101778 Medan Estate. conclusion of thus research is crossword puzzles and animated videos effect on knowledge about breakfast but no attitude, advice on this research is suggested to the health center in collaboration with the School Health Unit (UKS) can use teka-teki silang and video aniamtion medium as a communication medium nutrition in educational activities and health education about healthy breakfast to change the behavior of elementary school students in eating a healthy breakfast in the morning before the activity.

Keywords: breakfast, crossword puzzles , animated videos, knowledge, attitude

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“Pengaruh Media Teka-Teki Silang dan Video Animasi Tentang Sarapan Pagi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SDN 101778 Medan Estate Tahun 2020”** ini beserta seluruh isinya adalah benar hasil karya saya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan, mengutip atau plagiat dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.

Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya, atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian penelitian ini.

Medan, 31 Juli 2020

Maharani Pohan
NIM.0801163155

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Maharani Pohan

NIM : 0801163155

PENGARUH MEDIA TEKA-TEKI SILANG DAN VIDEO ANIMASI TENTANG SARAPAN PAGI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP SISWA SDN 101778 MEDAN ESTATE TAHUN 2020

Dinyatakan bahwa skripsi dari mahasiswa ini telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan (UINSU Medan).

Medan, 3 Agustus 2020

Disetujui,
Dosen Pembimbing Umum

Pembimbing Integrasi Keislaman

Putra Apriadi Siregar, SKM. M.Kes
NIP. 19890416 201903 1014

Dr. Azhari Akmal Tarigan, MA
NIP.197212041998031002

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul :

**PENGARUH MEDIA TEKA-TEKI SILANG DAN VIDEO ANIMASI
TENTANG SARAPAN PAGI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
SISWA SDN 101778 MEDAN ESTATE TAHUN 2020**

Yang Dipersiapkan dan Dipertahankan Oleh :

MAHARANI POHAN
NIM : 0801163155

Telah Diuji dan Dipertahankan di Hadapan Tim Penguji Skripsi

Pada Tanggal..... dan

Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

TIM PENGUJI

Ketua Penguji

Fauziah Nasution M.Psi.
NIP.19930118 201801 2 001

Penguji I

Penguji II

Penguji Integrasi

Putra Apriadi Siregar, S.K.M., M.Kes
NIP.19930118 201801 2 001

Yulia Khairani Ashar, SKM, M.K.M
NIP.19930118 201801 2 001

Dr. Azhari Akmal Tarigan, MA
NIP. 197212041998031002

Medan, 2020

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
Dekan,

Dr. Azhari Akmal Tarigan, MA
NIP : 197212041998031002

DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama : Maharani Pohan
Tempat Lahir : Siranggung
Tanggal Lahir : 16 Oktober 1997
Agama : Islam
Jumlah Saudara : 3
Alamat : Jalan STM gg suka tirta no 15 A Medan
Email : maharanipohan16@gmail.com

PENDIDIKAN FORMAL

1. SD Negeri No.116462 Siranggung : Tahun 2004-2010
2. SMP Swasta Eria Medan : Tahun 2010-2013
3. SMAN 13 Medan : Tahun 2013-2015
4. Lama Studi di FKM UINSU : Tahun 2016-Sekarang

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat dan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Media Teka-Teki Silang dan Video Animasi Tentang Sarapan Pagi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SDN 101778 Medan Estate”. Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) pada Program Sarjana Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Selama penyusunan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada keluarga dan teman yang telah mencurahkan segenap cinta dan kasih sayang serta perhatian moril maupun materil.

Pada kesempatan kali ini penulis juga mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. KH. Saidurrahman, M.Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan
2. Bapak Dr Azhari Akmal Tarigan, MA selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara dan selaku Dosen Pembimbing Kajian Integritas yang memberikan arahan dan bimbingan
3. Ibu Dr. Nefi Darmayanti, M.Si selaku Wakil Dekan 1 Bidang Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara
4. Ibu Dr Nurhayati, M. Ag selaku Wakil Dekan II Bidang Keuangan dan Perlengkapan Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara
5. Bapak Dr Watni Marpaung, MA Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan

Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara

6. Ibu Fauziah Nasution, M.Psi selaku Ketua Jurusan Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
7. Ibu Eliska, SKM, M.Kes selaku sekretaris Jurusan Program Studi Ilmu Kesehatann Kesehatan Masyarakat dan Dosen Penguji I juga ketua pemiatan Gizi Masyarakat yang telah memberikan masukan dan arahan dalam menyempurnakan skripsi ini
8. Bapak Putra Apriadi Siregar, SKM, M.Kes selaku dosen pembimbing Umum yang telah banyak meluangkan waktu dan pikiran dalam memberikan pengarahan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini
9. Bapak Ngateno, Spd dan para guru dan staf SDN 101778 Medan Estate yang telah memberikan izin dan membantu proses penelitian.
10. Kepada Kak Fika yang telah membantu menyelesaikan surat balasan penelitian dan dokumentasi selama pengumpulan data kedua kali dilakukan.
11. Orangtuaku, adikku Rahma Nur Azizah Pohan, Fahrurozi Akbar Pohan yang membantu untuk membantu proses turun lapangan dalam rangka pengumpulan data penelitian dan melakukan ekperimen penelitian juga kakakku Siti Maisyarah Pohan yang selalu memberikan dukungan, kebahagiaan selama penulisan skripsi
12. Kepada Anisa Kasturi, Mika Auliya Putri, Maelany Sifa, Nur Indah Oetari, Muhcliza Rizwany teman seperdopingan yang memotivsi memberikan semangat dan sama-sama berjuang dan segera bisa meraih gelar SKM.
13. Keapada kak Sidah kakak kos yang baik hati mengantarkan melakukan

penelitian di lapangan.

14. Kepada teman-teman peminatan gizi yang selalu memberikan arahan dan dukungan semoga teman semua segera bisa menyiapkan penulisan skripsi dengan segera.
15. Kepada Allah SWT yang telah membantu dalam segala proses awal sampai akhir penulisan skripsi dan mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu selama penulisan skripsi yang tidak dapat disebutkan namanya satu per satu semoga Allah membalas kebaikan kalian semua.

Penulisan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari berbagai aspek kualitas dan kuantitas dari materi peneliti yang disajikan. Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna sehingga penulis membutuhkan saran dan kritik yang bersifat membangun agar bisa menjadi yang lebih baik di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat memberikan bermanfaat bagi penulis dan bagi para pembaca.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Medan, 30 Juli 2020

Maharani Pohan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL DAN SFESIFIKASI.....	i
ABSTRAK	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP PENULIS	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	6
1.3. Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2. Tujuan Khusus	6
1.4. Manfaat Penelitian	7
BAB II	8
TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1. Anak Sekolah.....	8
2.1.2. Angka Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah.....	9
2.2. Sarapan Pagi.....	10
2.2.1. Gizi Seimbang Sarapan Pagi.....	12

2.2.2. Manfaat Sarapan Pagi	16
2.2.3. Dampak Tidak Sarapan Pagi.....	18
2.3. Komunikasi Informasi dan Edukasi Gizi	22
2.3.1. Konsep Komunikasi Gizi	23
2.3.2. Tahapan – Tahapan Program KIE.....	25
2.4. Media Promosi Kesehatan.....	27
2.4.1. Dasar Pertimbangan Pemilihan Media.....	30
2.5. Media Teka-Teki Silang	30
2.6. Media Video Animasi.....	32
2.7. Pengetahuan	35
2.8. Sikap.....	37
2.9. Kajian Integritas Keislaman	39
2.9.1. Konsep Pendidikan Sejak Dini Dalam Islam	39
2.9.2. Media Pembelajaran Dalam Al-Qur'an dan Al-Hadis	41
2.9.3. Hadis Tentang Alat dan Media Pendidikan	42
2.9.4. Pengaruh Pengetahuan Terhadap Prilaku Seseorang Dalam Islam.....	44
2.10. Kerangka Teori	46
2.11. Kerangka Konsep.....	46
BAB III.....	48
METODE PENELITIAN	48
3.1. Jenis Penelitian	48
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	49
3.3. Populasi dan Sampel	49
3.3.1. Populasi.....	49
3.3.2. Sampel.....	49
3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel	50
3.4. Variabel Penelitian.....	50
3.5. Definisi Operasional.....	51

3.6. Aspek Pengukuran	51
3.7. Uji Validitas dan Reabilitas	52
3.7.1. Uji Validitas	52
3.7.2. Uji Reabilitas	54
3.8. Teknik Pengumpulan Data	55
3.8.1. Jenis Data	55
3.8.2. Alat Instrumen Penelitian.....	55
3.8.3. Prosedur Pengumpulan Data.....	55
3.9. Analisis Data	57
3.9.1. Analisis Unvariat	57
3.9.2. Analisis Bivariat.....	57
BAB IV	58
HASIL DAN PEMBAHASAN	58
4.1. Hasil Penelitian.....	58
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	58
4.1.2. Karakteristik Responden	58
4.1.3. Distribusi Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media TTS	59
4.1.4. Distribusi Tingkat Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media TTS	61
4.1.5. Distribusi Skor Pengetahuan Responden Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest menggunakan Media TTS.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.6. Distribusi Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi	62
4.1.7. Distribusi Tingkat Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi	64
4.1.8. Distribusi Skor Pengetahuan Responden Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest Pertama, Kedua menggunakan Video Animasi	Error! Bookmark not defined.
4.1.9. Distribusi Sikap Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest, Posttest Kedua Menggunakan Media TTS	65
4.1.10. Distribusi Sikap Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest Menggunakan Media TTS	66
4.1.11. Distribusi Skor Sikap Responden Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest menggunakan Media TTS.....	Error! Bookmark not defined.
4.1.12. Distribusi Sikap Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest Menggunakan Media	

Video Animasi	67
4.1.13. Distribusi Sikap Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Postest Pertama, Kedua Menggunakan Media Video Animasi	69
4.1.14. Distribusi Skor Sikap Responden Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Postest menggunakan Video Animasi	Error! Bookmark not defined.
4.1.15. Uji Normalitas Pengetahuan dan Sikap Menggunakan Media TTS dan Media Video Animasi	70
Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data penelitian berdistribusi normal atau tidak dengan menggunakan uji <i>Saphiro wilk</i> dan dapat dilihat pada tabel berikut ini.....	70
4.1.16. Perbedaan Nilai Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media TTS	71
4.1.17. Perbedaan Nilai Pengetahuan Tentang Sarapan Sebelum dan Sesudah Menggunakan Video Animasi	71
4.1.18. Perbedaan Nilai Sikap Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Teka-Teki Silang	72
Untuk mengetahui pengaruh sikap responden tentang sarapan pagi menggunakan media TTS dapat dilihat pada tabel di bawah ini:	72
4.1.19. Perbedaan Nilai Sikap Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi	73
4.2. Pembahasan	73
4.2.1. Pengaruh Media TTS dan Video Animasi Tentang Sarapan Pagi Terhadap Pengetahuan Siswa SDN 101778 Medan Estate	73
4.2.2. Pengaruh Media TTS dan Video Animasi Tentang Sarapan Pagi Terhadap Sikap Siswa SDN 101778 Medan Estate	77
BAB V.....	79
KESIMPULAN DAN SARAN	80
5.1. Kesimpulan	80
5.2. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	81
Lampiran	Error! Bookmark not defined.
Dokumentasi.....	108

DAFTAR TABEL

Table 2.1. Kerangka Teori S-O-R	46
Table 2.2. Kerangka Konsep Penelitian.....	47
Table 3. 1. Rancangan Pretest-Posttest Design	48
Table 3. 2. Aspek Pengukuran Penelitian	51
Table 3. 3. Hasil Uji Validitas Variabel Pengetahuan	53
Table 3 4. Hasil Uji Validitas Variabel Sikap.....	53
Table 3 .5. Hasil Uji Reabilitas Variabel Pengetahuan dan Sikap	54
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Umur dan Jenis Kelamin....	59
Tabel 4. 2. Distribusi Jawaban Benar Berdasarkan hasil Pretest dan Posttest, Posttest Kedua Pertanyaan Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi Menggunakan ...	60
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sebelum Sesudah Menggunakan Media TTS	61
Tabel 4 4. Distribusi Skor Pengetahuan Responden Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest menggunakan Media TTS	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 5. Distribusi Jawaban Benar Berdasarkan hasil Pretest dan Posttest dan Posttest Kedua Pertanyaan Pengetahuan Responden Menggunakan Video	62
Tabel 4 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sebelum DaSesudah Menggunakan Media Video Animasi	64
Tabel 4 7.Distribusi Skor Pengetahuan Responden Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest menggunakan Video Animasi	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4 8. Distribusi Gambaran Pretest dan Posttest, Posttest Kedua Sikap Responden Menggunakan Media TTS.....	65
Tabel 4 9. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Tentang Sarapan Pagi Pretest, Posttest dan Potest Kedua Menggunakan Media TTS	67
Tabel 4. 10. Distribusi Skor Sikap Responden Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest menggunakan Media TTS.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 11 Distribusi Gambaran Pretest dan Posttest Pertama, Kedua Sikap Responden Menggunakan Media Video Animasi	68
Tabel 4 .12. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Tentang Sarapan	

Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi	69
Tabel 4. 13. Distribusi Skor Sikap Responden Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest menggunakan Video Animasi.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 14. Tabel Uji Normalitas Pengetahuan dan Sikap Menggunakan Media TTS, Media Video Animasi	70
Tabel 4. 15. Hasil Analisis Perbedaan Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media TTS	71
Tabel 4 .16. Hasil Analisis Perbedaan Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi	72
Tabel 4 17. Hasil Analisis Perbedaan Sikap Responden Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media TTS	72
Tabel 4 18. Hasil Analisis Perbedaan Sikap Responden Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi	73

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Kuesioner Penelitian.....	87
Lampiran 2 : Satuan Acara Penyuluhan.....	91
Lampiran 3 Formulir Informed Consent	93
Lampiran 4. Daftar Kegiatan Edukasi Gizi Menggunakan Media TTS SDN 101778 Medan Estate	94
Lampiran 5. Kegiatan Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Animasi SDN 101778 Medan Estate	95
Lampiran 6. TTS Tentang Sarapan Pagi	96
Lampiran 7. Surat Izin Penelitian.....	97
Lampiran 8. Surat Balasan Izin Penelitian	98
Lampiran 9. Master Data Penelitian	100
Lampiran 10. Normalitas Data Penelitian	104
Lampiran 11. Uji Friedman TTS.....	106
Lampiran 12. Uji Friedman Video Animasi	107

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Anak usia sekolah adalah investasi bangsa, karena mereka adalah generasi penerus bangsa. Kualitas bangsa di masa depan ditentukan oleh kualitas anak-anak dengan upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia harus dilakukan sejak dini, sistematis dan berkesinambungan. Salah satu indikator kualitas sumber daya manusia adalah keadaan gizi yang baik, dimana kebutuhan dasar dapat tercukupi baik dari segi kualitas maupun kuantitas, apabila tingkatan kesehatan gizi tidak baik, maka akan timbul defisiensi gizi dengan yang paling menonjol adalah kurang energi atau kalori, kurang protein, kurang vitamin A, vitamin C, zat besi, kalsium dan lainnya (Damayanti, 2017).

Berdasarkan teori yang diungkapkan Khomsan (2003) bahwa status gizi akan mempengaruhi tingkat kecerdasan seseorang dan kemampuan seseorang dalam menangkap pelajaran di sekolah, sehingga seseorang yang memiliki status gizi baik akan memiliki daya tangkap yang lebih baik dan prestasi yang baik pula di sekolahnya. Sebaliknya jika seseorang memiliki status gizi kurang atau lebih akan berdampak pada kecerdasan sehingga kurang optimal dalam menangkap pelajaran di sekolah dan memiliki prestasi belajar kurang baik. Salah satu upaya memenuhi kuantitas kecukupan gizi adalah dengan membiasakan sarapan pagi, energi total yang dibutuhkan anak berusia 7-9 tahun sekitar 1.800 kkal dan anak usia 10-12 tahun sekitar 2.050 kkal dengan porsi sarapan pagi sebaiknya mencukupi 25% dari angka kebutuhan energi dan zat gizi perhari (Departemen

Gizi dan Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia, 2017).

Sarapan penting bagi kesehatan anak sekolah karena sarapan berkontribusi besar besar menutrisi tubuh, terlebih otak, sesudah tidur malam selama 8 sampai 10 jam. Sarapan akan dapat mengisi kembali keperluan nutrisi yang habis waktu tidur semalaman. Sarapan akan menyumbangkan sekitar 25% dari total asupan gizi sehari. Jika kecukupan energi dan protein dalam sehari adalah 2000 Kkal dan 50 gram protein (Depkes, 2015).

Faktor yang mempengaruhi kurangnya tingkat konsumsi sarapan pagi pada anak antara lain adalah faktor ekonomi menengah ke bawah sehingga tidak mampu untuk memenuhi angka kecukupan gizi yang dianjurkan, orang tua sibuk bekerja sehingga pola makan terabaikan, pola pikir jika sarapan pagi akan mengantuk dan kegemukan, takut terlambat sekolah. Kebiasaan tidak sarapan pada anak – anak akan menyebabkan badan menjadi lesu, lemas, mengantuk, sulit menerima pelajaran, sulit berkonsentrasi, karena tubuh tidak memperoleh masukan gizi yang cukup. Sebagai gantinya, siswa jajan di sekolah untuk sekedar mengganjal perut namun mutu dan kualitas gizi tidak seimbang. Oleh karena itu kebiasaan sarapan hendaknya dipertahankan dalam setiap keluarga (Khomsan,2010).

Penelitian Sine dalam Jurnal Gizi Indonesia (2018) prevalensi anemia pada anak sekolah sebesar 50% dan sekolah swasta sebesar 45% . Pada kebiasaan sarapan pagi siswa, kejadian anemia pada anak usia sekolah dipengaruhi oleh kurangnya konsumsi pangan yang mengandung zat besi dan sarapan yang tertunda atau tidak sarapan akan menyebabkan tidak terpenuhinya asupan gizi yang dibutuhkan termasuk didalamnya asupan zat besi. Defisiensi besi memiliki

dampak yang besar bagi kondisi sistem imun anak, meningkatnya angka kesakitan, menurunnya perkembangan mental, prestasi sekolah rendah, gangguan fungsi pertumbuhan, dan juga memiliki dampak pada kecerdasan.

Berdasarkan data Riset Kesehatan Daerah (Riskesdas) tahun 2018, memperlihatkan bahwa tahun 2018, memperlihatkan bahwa sebanyak 26 % anak Indonesia hanya mengonsumsi minuman pada waktu sarapan, baik air putih, teh atau susu dan tidak semua anak melakukan sarapan pagi yang sehat dan seimbang. Berdasarkan data yang sama hanya 10,6 % yang sarapannya mencukupi asupan energi sebesar 30 %. Ketika anak tidak sarapan tubuh mereka akan merasa lesu saat belajar di sekolah dan kondisi tersebut adalah cara tubuh menagih “makanan” tertentu, dalam hal ini tubuh menagih glukosa yang bersumber dari karbohidrat yang dibutuhkan otak selain oksigen untuk dibawa sampai ke otak oksigen harus dibawa oleh hemoglobin adalah zat besi dan disisi lain sarapan terlalu banyak atau tidak seimbang juga tidak baik bagi tubuh karena banyaknya anak Indonesia yang masih mengonsumsi makanan serba karbohidrat untuk sarapan (Guru Besar Pangan dan Gizi IPB, 2018).

Penelitian Putri (2018) menyatakan bahwa pada Provinsi Sumatera Utara masih banyak anak yang tidak terbiasa sarapan sehat. Berdasarkan analisis hasil survei dapat diketahui bahwa dari 35.000 anak usia sekolah sekitar 30,1% sarapan hanya dengan air minum dan 44,6% memperoleh asupan energi kurang dari 15% kebutuhan gizi per hari, kebiasaan sarapan pagi merupakan faktor determinan status gizi pada anak jika tidak sarapan pagi beresiko terhadap terjadinya status gizi kurang.

Kecamatan Percut Sei Tuan memiliki anak dengan jumlah badan lahir

rendah (BBLR) yang tinggi terbanyak pada Kecamatan Deli Serdang yaitu sebesar 9.537 dan gizi buruk sebanyak 3 kasus dan kejadian anemia yang disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya dengan salah satu faktor tidak tercukupinya asupan zat besi pada saat sarapan pagi yang menyebabkan keterlambatan pertumbuhan fisik dan perkembangan sel otak sehingga konsentrasi belajar terganggu, prestasi menurun berdampak pada produktifitas kerja yang rendah (Dinkes Deli Serdang, 2018).

SDN 101778 Medan Estate terletak di jalan Mesjid Kelurahan Medan Estate Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara memiliki akreditasi B dengan jumlah guru 15 orang dan murid berjumlah 200 siswa. Dari survei dilakukan terhadap 10 murid di SDN tersebut sebanyak 3 orang (30%) yang sarapan dan 7 orang (70%) yang tidak sarapan. Dari 3 orang yang sarapan, 2 orang sarapan dengan nasi, lauk dan sayur sementara 1 orang lainnya sarapan dengan susu atau teh manis dan roti. Dalam survei tersebut, alasan para murid tidak sarapan adalah karena tidak sempat (43%), tidak ada yang menyiapkan (28%) dan tidak lapar atau tidak selera makan (28%).

Kurangnya pengetahuan gizi yang baik pada siswa ataupun orangtua dikarenakan rendahnya Pendidikan gizi tentang makanan yang baik dan pemikiran sarapan hanya untuk membuat perut kenyang menjadikan perilaku salah dalam mengonsumsi zat gizi, salah satu strategi untuk memperoleh perubahan perilaku adalah dengan pemberian informasi untuk meningkatkan pengetahuan sehingga menimbulkan kesadaran dan pada akhirnya seseorang akan berperilaku sesuai dengan pengetahuannya tersebut (Aritonang, 2016).

Pendidikan gizi pada anak usia sekolah harus diberikan dengan cara dan

media yang tepat sesuai agar dapat menarik perhatian anak dan juga dapat memudahkan anak dalam menerima informasi mengenai gizi dengan salah satu media yang efektif seperti teka-teki silang. Teka-teki silang (TTS) merupakan pembelajaran untuk mengasah otak dalam berpikir dan mempelajari kosakata, sedangkan video animasi adalah salah satu media pembelajaran yang dapat digunakan sebagai jembatan untuk mempermudah siswa lebih memahami materi pelajaran yang berisikan kumpulan gambar yang mewakili materi pembelajaran (Ghiffary, 2019).

Penelitian yang dilakukan Setyawan (2019) menunjukkan bahwa pembelajaran dengan menggunakan teka-teki silang pada siswa berlangsung dengan semangat dan ternyata peningkatan hasil belajar siswa pada kelompok eksperimen lebih baik yaitu sebesar 80% dari pada kelompok kontrol. Media teka-teki silang dapat digunakan untuk membantu proses belajar mengajar dengan cara menarik minat belajar siswa sehingga pembelajaran dapat menjadi lebih menyenangkan dan berjalan kondusif, selain itu media teka-teki silang dapat melatih konsentrasi pada siswa, dengan begitu siswa akan memiliki daya ingat Panjang terhadap suatu materi pembelajaran.

Berdasarkan penelitian Rahmayanti (2018) menunjukkan bahwa media video animasi berpengaruh positif terhadap hasil belajar siswa dengan rata-rata nilai posttest kelas eksperimen sebesar 90 dengan persentase ketuntasan 96,5% hal ini menunjukkan bahwa media pembelajaran seperti video animasi sangat mempengaruhi hasil belajar siswa dan dapat dijadikan solusi membantu guru dalam proses pembelajaran dengan tayangan materi yang ditampilkan dalam video animasi siswa lebih untuk memperhatikan materi yang disampaikan dan

pada saat diminta untuk menjelaskan ulang isi materi yang telah disampaikan melalui video animasi siswa mampu menjawabnya lebih tenang dan baik.

Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) gizi bagi siswa dapat memberikan pengaruh pada anak sejak dini agar tercapai keadaan individu yang lebih baik dimasa yang akan datang, selain meningkatkan pengetahuan, komunikasi informasi dan edukasi gizi juga diharapkan dapat mengubah sikap dan perilaku siswa tentang sarapan dan membiasakan diri sarapan bergizi setiap hari (Sartika, 2015).

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis ingin mengetahui pengaruh media teka-teki silang dan video animasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi pada siswa di SDN 101778 Medan Estate.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis ingin mengetahui pengaruh edukasi gizi menggunakan media teka-teki silang (TTS) dan video animasi terhadap pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi pada siswa di SDN 101778 Medan Estate.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh media teka-teki silang (TTS) dan video animasi tentang sarapan pagi terhadap pengetahuan dan sikap siswa SDN 101778 Medan Estate

1.3.2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengetahui pengetahuan dan sikap sebelum dilakukan intervensi menggunakan media teka-teki silang dan video animasi tentang sarapan pagi pada siswa SDN 101778 Medan Estate
2. Mengetahui pengetahuan dan sikap setelah dilakukan intervensi menggunakan media teka-teki silang dan video animasi tentang sarapan pagi pada siswa SDN 101778 Medan Estate
3. Mengetahui pengetahuan dan sikap setelah satu minggu dilakukan intervensi menggunakan media teka-teki silang dan video animasi tentang sarapan pagi pada siswa SDN 101778 Medan Estate

1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi dan sebagai informasi tentang kebiasaan sarapan pagi pada siswa SDN 101778 Medan Estate
2. Memberikan informasi dan pengetahuan bagi guru untuk memotivasi para untuk memberikan motivasi pada siswa agar membiasakan siswa sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah
3. Penelitian ini dapat berguna bagi para orangtua agar selalu menyiapkan sarapan pagi yang sehat dan bergizi untuk anak setiap hari agar nutrisi dan kebutuhan gizi tercukupi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Anak Sekolah

Menurut WHO (World Health Organization) Anak usia sekolah adalah golongan anak yang berusia antara 7 sampai 15 tahun. Anak usia sekolah adalah anak-anak yang dianggap sudah mulai mampu bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam hubungan dengan orangtua mereka, teman sebaya dan orang lain. Usia sekolah merupakan masa anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu. Anak usia sekolah dasar adalah anak yang berusia 6-12 tahun, memiliki fisik lebih kuat yang mempunyai sifat individual serta aktif dan tidak bergantung dengan orangtua merupakan masa dimana terjadi perubahan yang bervariasi pada pertumbuhan dan perkembangan anak yang akan mempengaruhi pembentukan karakteristik dan kepribadian anak. Periode usia sekolah ini menjadi pengalaman inti anak yang dianggap mulai bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam hubungan dengan teman sebaya, para orangtua dan lainnya, selain itu usia sekolah merupakan masa dimana anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan dalam menentukan keberhasilan untuk menyesuaikan diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu (Diniyanti, 2015).

Karakteristik anak usia sekolah menurut Hardinsyah (2016) yaitu anak

usia 6-12 tahun yang sehat memiliki ciri di antaranya adalah banyak bermain di luar rumah, melakukan aktivitas fisik yang tinggi, serta beresiko serta terpapar sumber penyakit dan perilaku yang tidak sehat secara fisik dalam kesehariannya, aktif bergerak, berlari, melompat, bermain dan sebagainya. Akibat dari tingginya aktivitas yang dilakukan anak, jika tidak diimbangi dengan asupan zat gizi yang seimbang dapat menimbulkan beberapa masalah gizi yaitu di antaranya adalah malnutrisi (kurang energi dan protein), anemia defisiensi besi, kekurangan vitamin A dan kekurangan yodium.

2.1.2. Angka Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah

Kebutuhan zat gizi yang diperlukan anak usia sekolah selain untuk proses kehidupan juga diperlukan untuk proses pertumbuhan dan perkembangan kognitif anak, oleh sebab itu anak memerlukan zat gizi makro meliputi karbohidrat, protein lemak dan zat gizi mikro meliputi vitamin dan mineral. Umumnya pada anak usia sekolah gigi susu tanggal secara berangsur dan diganti dengan gigi permanen. Anak juga sudah lebih aktif memilih makanan yang disukai. Kebutuhan energi lebih besar karena mereka lebih banyak melakukan aktivitas fisik (Supariasa, 2016).

Kebutuhan energi anak usia 10-12 tahun relative lebih besar dari pada anak usia 7-9 tahun karena pada anak usia 10-12 tahun pertumbuhannya lebih cepat, terutama penambahan tinggi badan. Kebutuhan energi anak 10-12 tahun mulai berbeda antara kebutuhan energi anak laki-laki dengan anak perempuan. Anak laki-laki lebih banyak membutuhkan energi karena lebih banyak melakukan aktivitas fisik, sedangkan anak perempuan lebih banyak membutuhkan protein

dan zat besi karena biasanya sudah mengalami haid. Anak sekolah yang pada dasarnya memiliki kebiasaan banyak beraktivitas di luar rumah sering melupakan waktu makan (Buku Persagi, 2003).

Angka kebutuhan gizi makro anak sekolah perhari pada laki-laki usia 10-12 tahun dengan berat badan 36 kg tinggi badan 145 cm membutuhkan energi 2000 kkal, protein 50 g, lemak 65 g, karbohidrat 300 g, serat 28 g, air 1850 ml. Perempuan usia 10-12 tahun berat badan 38 kg tinggi badan 147 cm membutuhkan 1900 kkal energi, protein 55g, lemak 65 g, karbohidrat 280 g, serat 27 g, dan air 1850 ml. Kebutuhan zat gizi mikro pada laki-laki yaitu vitamin A 600 mcg, vitamin D 15 mcg, vitamin E 11 mcg, vitamin K 35 mcg, vitamin B12 3,5 mcg dan vitamin C 50 mg, mineral yaitu kalsium 1200 mg, fosfor 1250 mg, natrium 1300 mg, kalium 3900 mg, iodium 120 mcg, besi 8 mg, seng 8 mg. Kebutuhan zat gizi mikro vitamin pada perempuan sama dengan kebutuhan gizi vitamin pada laki-laki perbedaannya hanya pada mineral yaitu natrium: 1400 mg, kalium: 4400 mg, iodium (Permenkes AKG, 2019).

Terdapat perbedaan kebutuhan gizi antara anak laki-laki dan perempuan disebabkan karena pertumbuhan anak, aktivitas anak yang semakin aktif, perkembangan ukuran tubuh anak.

2.2. Sarapan Pagi

Sarapan adalah suatu kegiatan makan dan minum yang penting dilakukan sebelum melakukan aktivitas fisik di pagi hari antara bangun pagi sampai jam 9 dan memenuhi 15- 30% untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian (Depkes, 2015). Pesan umum gizi seimbang ke delapan menjelaskan bahwa

membiasakan sarapan akan memenuhi kebutuhan pada pagi hari dan menunjang kinerja aktivitas yang dilakukan seharian, kebiasaan meninggalkan sarapan berdampak pada kecenderungan konsumsi berlebihan pada siang hari serta memiliki pengaruh yang lebih besar pada lingkaran pinggang dan indeks masa tubuh. Sarapan yang dianjurkan adalah sarapan yang memiliki serat dan protein tinggi dengan rendah lemak membuat tidak mudah lapar dan melancarkan sistem pencernaan anak, selain itu sarapan yang baik juga mengandung karbohidrat yang akan dipecah menjadi glukosa. Fungsi glukosa dan mikronutrien dalam otak dapat menghasilkan energi, selain itu dapat memacu otak agar membantu memusatkan pikiran untuk belajar dan memudahkan penyerapan pelajaran. Manusia membutuhkan sarapan pagi karena dalam sarapan pagi diharapkan terjadinya ketersediaan energi yang digunakan untuk jam pertama melakukan aktivitas (Purba, 2017).

Pakar gizi dari Institut Pertanian Bogor Hardinsyah (2016) menjelaskan sarapan pagi dilakukan teratur setiap hari pukul 06.00- 09.00. Idealnya sarapan pagi memenuhi seperempat hingga setengah kebutuhan energi dan zat gizi harian. Secara umum, kontribusi energi dan zat gizi sarapan pagi sebanyak 25%, makan siang 30%, makan malam 25%, dan selingan pagi dan sore masing-masing 10%.

Anak-anak yang tidak mengkonsumsi sarapan setiap pagi sebelum beraktivitas akan mengalami gangguan fisik terutama kekurangan energi untuk beraktivitas. Dampak lain juga akan dirasakan pada proses belajar mengajar yaitu anak menjadi kurang konsentrasi, mudah lelah, mudah mengantuk dan gangguan fisik lainnya. Anak-anak yang sarapan memiliki performa yang lebih baik dalam perkembangan kognitif di sekolah dibandingkan mereka yang tidak sarapan

(Ahmad, 2017).

Berdasarkan hasil survey konsumsi pangan pada Riset Kesehatan Dasar tahun (2017), masih banyak anak yang tidak terbiasa sarapan sehat yaitu dari 35.000 anak usia sekolah sekitar 26,1% sarapan hanya dengan air minum dan 44,6% memperoleh asupan energi kurang dari 15% kebutuhan gizi per hari. Pada hasil riset Nestle Indonesia (2016), empat dari sepuluh anak Indonesia mengonsumsi sarapan tidak bergizi dan menurut penelitian Hardinsyah (2016), tujuh dari sepuluh anak Indonesia kekurangan gizi sarapan. Hal ini terjadi karena pemilihan makanan dan minuman untuk sarapan tidak memenuhi standar gizi yang baik.

Perilaku makan sehat merupakan perilaku mengonsumsi beberapa variasi kelompok makanan yang direkomendasikan yaitu karbohidrat, buah dan sayur, protein, dan lemak, berlaku secara universal. Buah dan sayur merupakan sumber bahan pangan yang mengandung vitamin dan mineral yang berfungsi untuk mempertahankan fungsi fisiologis tubuh. Umumnya vitamin dan mineral hanya diperlukan dalam jumlah kecil, namun karena vitamin dan mineral tersebut tidak dapat dibentuk sendiri oleh tubuh maka harus didukung dengan suplai bahan makanan yang mengandung vitamin dan mineral secara rutin sesuai kebutuhan tubuh (Manullang, 2015)

2.2.1. Gizi Seimbang Sarapan Pagi

Gizi seimbang bangsa sehat bergenari merupakan slogan dari gizi seimbang. Makna dari slogan tersebut adalah “ Pola Hidup/Perilaku Gizi Seimbang” merupakan syarat mutlak untuk mewujudkan generasi atau bangsa yang sehat, cerdas, berprestasi, unggul bersaing sehingga menjadi perhatian dan

disegani bangsa-bangsa lain dalam persahabatan global. Kandungan makanan dengan gizi yang seimbang menjamin terpenuhinya kebutuhan tubuh beserta aktivitasnya. Anak sekolah mengalami pertumbuhan fisik, kecerdasan, mental dan emosional yang sangat cepat. Makanan yang mengandung unsur zat gizi sangat diperlukan untuk proses tumbuh kembang, dengan mengkonsumsi makanan yang cukup gizi secara teratur, anak akan tumbuh sehat sehingga mampu mencapai prestasi belajar yang tinggi dan kebugaran untuk mengikuti semua aktivitas sehingga menjadi sumber daya manusia yang berkualitas.

Jumlah yang disediakan untuk sarapan cukup 35% dari kebutuhan gizi harian dengan energi 500 kkal, 150 g karbohidrat, 100 g protein, vitamin 100 g, dan mineral 100 ml, dengan jenis menu sarapan pagi tetap bervariasi tidak hanya mencakup karbohidrat saja tetapi juga ada lauk-pauk, sayur dan buah. Pemilihan menu yang singkat persiapannya tetapi tetap memenuhi kebutuhan gizinya.

Jenis kandungan dan contoh makanan yang dapat digunakan sebagai menu sarapan sesuai dengan tumpeng gizi seimbang adalah :

1. Karbohidrat

Karbohidrat merupakan komponen pangan yang menjadi sumber energi utama bagi tubuh. Jenis karbohidrat dalam makanan dikelompokkan menjadi monosakarida, disakarida, polisakarida sangat diperlukan oleh tubuh sebagai sumber energi utama, pada saat dicerna akan menghasilkan monosakarida seperti glukosa akan dibakar menggunakan oksigen dalam sel sehingga menghasilkan energi untuk hidup berfungsi sebagai bahan dasar pembentuk lemak dan protein, kelebihan karbohidrat akan disimpan oleh tubuh dalam bentuk lemak dibawah lapisan kulit, sumber karbohidrat yaitu nasi, jagung, gandum, umbi-umbian

seperti singkong, kentang dan ubi jalar. Karbohidrat yang dapat dikonsumsi untuk sarapan pagi contohnya sepiring nasi putih sebesar 150 g.

1. Protein

Protein merupakan sumber asam amino esensial untuk pertumbuhan dan pembentukan serum, Hemoglobin, enzim, serum, serta antibodi, mengganti sel-sel tubuh yang rusak, mengatur keseimbangan asam basa cairan tubuh serta sebagai sumber energi. Sumber protein seperti protein hewani yaitu telur, daging, ikan dan susu protein nabati beragam diantaranya makanan yang terbuat dari kacang-kacangan seperti kacang hijau, dan kacang kedelai. Jumlah yang diberikan sesuai kebutuhan (10-15% total kebutuhan) dan mengandung semua unsur asam amino esensial, mudah dicerna dan diserap tubuh. Porsi yang baik dikonsumsi untuk sarapan pagi adalah 50 g atau sepotong ikan, daging, atau telur.

2. Vitamin dan Mineral

Vitamin dan mineral diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan normal. Bila asupan vitamin dan mineral tidak mencukupi maka pertumbuhan akan terganggu dan menghasilkan sejumlah penyakit akibat defisiensi, vitamin terbagi atas dua yaitu :

- Vitamin larut lemak

Asupan harian vitamin larut lemak ditentukan dari berat badan. Pemberian vitamin A harus diperhatikan karena banyak kasus defisiensi vitamin A pada kelompok usia anak sekolah. Vitamin D juga dibutuhkan untuk penyerapan dan penyimpanan kalsium ke tulang. Contoh vitamin D yaitu bersumber dari sinar matahari berguna untuk menguatkan tulang dan

meningkatkan daya tahan tubuh, contoh vitamin A adalah terdapat pada sayur-sayuran seperti wortel, borkoli dan bayam pada buah yaitu papaya dan mangga. Porsi yang baik dikonsumsi yaitu 50 g atau setengah piring nasi namun dianjurkan porsi sayuran lebih banyak dari buah.

- Vitamin larut air

Vitamin larut air yang dibutuhkan adalah vitamin C yang berperan aktif dalam pembentukan dan menjaga keseimbangan material intraseluler serta meningkatkan ketahanan tubuh untuk melawan penyakit infeksi. Contoh makanan yang bersumber dari vitamin C selain jeruk adalah brokoli, kubis, kembang kol, kiwi dan stroberi.

Kandungan gizi utama dalam buah dan sayuran adalah vitamin dan mineral. Vitamin yang terdapat dalam buah dan sayuran adalah pro vitamin A, vitamin C, K, E, dan berbagai kelompok vitamin B kompleks. Buah dan sayur juga kaya akan berbagai jenis mineral, diantaranya kalium (K), kalsium (Ca), natrium (Na), zat besi (Fe), magnesium (Mg), mangan (Mn), seng (Zn), selenium (Se), dan boron (Bo). Konsumsi buah dan sayuran menjadi salah satu bentuk pencegahan terjadinya penyakit hipertensi dan diabetes mellitus (Siregar, 2020).

3. Mineral

Kebutuhan mineral pada anak usia sekolah sangat penting dalam menjaga keadaan normal fisiologis tubuh. Mineral yang berperan adalah mineral makro seperti elektrolit (natrium dan kalium) yang terlibat dalam regulasi keseimbangan air dalam tubuh. Mineral dalam tulang (kalsium dan fosfor) berperan penting sebagai kofaktor protein, regulasi fungsi otot, pembekuan darah dan pengeluaran energi seluler. Kalsium diperlukan untuk menjaga

keseimbangan pertumbuhan tulang yang kebutuhannya bergantung pada laju penyerapan seseorang. Salah satu contoh mineral adalah air yang dikonsumsi pada saat sarapan pagi sebanyak 200 ml atau 2 gelas air atau susu. (Buku Kesehatan Gizi Anak Sekolah Dasar, 2016).

2.2.2. Manfaat Sarapan Pagi

Sarapan pagi sangat bermanfaat bagi setiap orang terutama pada anak usia sekolah yang terbukti dapat meningkatkan konsentrasi belajar dan stamina sehingga meningkatkan prestasi belajar. Bagi remaja dan orang dewasa sarapan yang cukup terbukti dapat memelihara ketahanan fisik, mempertahankan daya tahan tubuh saat bekerja dan meningkatkan produktivitas kerja, membiasakan sarapan juga berarti membiasakan disiplin bangun pagi dan beraktivitas pagi dan mencegah dari makan berlebihan di kala makan kudapan atau makan siang (Anjar, 2017).

Berikut adalah beberapa manfaat sarapan pagi :

1. Memberikan energi untuk otak

Sarapan pagi dapat menyediakan karbohidrat yang siap digunakan untuk meningkatkan kadar gula darah, dengan kadar gula darah yang terjamin normal sehingga berdampak positif untuk meningkatkan produktivitas dan sarapan sebagai sumber energi yang diperlukan untuk belajar dan bermain sehingga anak dapat mencapai prestasi belajar yang optimal

2. Memenuhi Asupan Gizi Harian

Sarapan dapat memenuhi asupan gizi harian karena sarapan dapat memberikan kontribusi 25% dari kebutuhan gizi yang diperlukan tubuh perhari

seperti protein, lemak, vitamin, dan mineral. Ketersediaan zat gizi ini bermanfaat untuk berfungsinya proses fisiologis dalam tubuh

3. Meningkatkan Konsentrasi Belajar

Sarapan pagi menunjukkan dapat meningkatkan konsentrasi dan daya tangkap yang baik di sekolah karena dengan sarapan tubuh dan otak memiliki bekal melakukan aktivitas untuk berfikir

4. Melatih Kedisiplinan

Sarapan akan membuat seseorang menjadi disiplin dengan sudah terbiasa bangun lebih pagi untuk mempersiapkan aktivitas pada pagi hari. Hal ini tentu baik untuk melatih kedisiplinan diri dan menjadi kebiasaan yang baik untuk anak sehingga dapat diterapkan pada hal lain.

4. Mengurangi Resiko Anemia

Hasil penelitian Purba (2017) menunjukkan bahwa anak yang tidak memiliki kebiasaan makan pagi akan lebih mudah mengarah ke anemia dibandingkan dengan anak yang memiliki kebiasaan makan pagi. Penelitian oleh Anna (2019) menunjukkan bahwa anak-anak yang melewatkan sarapan pagi lebih cenderung menunjukkan gejala anemia seperti lesu, pucat, dan tidak bergairah.

5. Mencegah Obesitas

Sarapan dapat mencegah obesitas karena apabila tubuh tidak sarapan akan cenderung makan lebih banyak saat makan siang atau lebih sering ngemil. Hal ini terjadi karena kebutuhan gizi tubuh pada awal hari tidak terpenuhi sehingga merasa lebih lapar dan porsi makan bisa menjadi lebih besar atau frekuensi ngemil

lebih sering saat merasa lapar jika secara terus-menerus berlangsung akan meningkatkan resiko obesitas

6. Mencegah Jajan Tidak Sehat

Sarapan akan memenuhi kebutuhan tubuh di pagi hari dan tubuh memiliki energi untuk beraktivitas hingga siang hari, jika sarapan tidak akan memicu jajan yang berlebihan yang beresiko jajan yang tidak sehat, selain itu dapat menghemat uang jajan yang bisa digunakan untuk makan siang atau ditabung.

2.2.3. Dampak Tidak Sarapan Pagi

Kebiasaan melewatkan sarapan dapat menyebabkan penurunan glukosa darah (hipoglikemi) yang merupakan energi utama untuk kerja otak, sehingga jika seorang anak membiasakan perutnya kosong di pagi hari dapat menyebabkan tubuh lemah dan kurang konsentrasi karena tiadanya suplai energi. Dampak lain yang dapat ditimbulkan akibat tidak sarapan yaitu ketidak seimbangan sistem saraf pusat yang diikuti dengan rasa pusing, badan gemetar dan atau rasa lelah.

Selain itu bila tidak sarapan pagi dapat menyebabkan konsentrasi belajar berkurang, kecepatan bereaksi menurun tajam sehingga kemampuan memecahkan suatu masalah juga menjadi sangat menurun yang akan menyebabkan prestasi belajar juga ikut menurun. Hal ini akan menghambat proses belajar di sekolah. Bila anak usia sekolah tidak terbiasa sarapan pagi secara terus menerus akan mengakibatkan penurunan berat badan dan daya tahan tubuh, kurang gizi dan anemia gizi besi.

Berikut adalah dampak yang terjadi jika tidak sarapan pagi :

1. Hipoglikemia

Pada anak yang tidak sarapan akan menipisnya ketersediaan glikogen otot yang tidak tergantikan. Untuk menjaga agar kadar gula darah tetap normal, tubuh memecah simpanan glikogen dalam hati menjadi gula darah. Jika bantuan pasokan gula darah habis, tubuh akan kesulitan memasok gula darah ke otak. Akibatnya anak bisa menjadi gelisah, bingung, pusing, mual, berkeringat dingin, kejang perut bahkan bisa sampai pingsan. Ini merupakan gejala hipoglikemia atau menurunnya kadar gula darah.

2. Obesitas

Tidak sarapan tubuh akan merasa lebih lapar pada siang dan malam hari daripada orang yang sarapan karena asupan energi cenderung meningkat ketika sarapan dilewatkan. Mereka akan mengonsumsi lebih banyak makanan pada waktu siang dan malam hari. Asupan makanan yang banyak pada malam hari akan berakibat pada meningkatnya glukosa yang disimpan sebagai glikogen. Karena aktivitas fisik pada malam hari sangat rendah, glikogen kemudian disimpan dalam bentuk lemak. Hal inilah yang akan mengakibatkan terjadinya obesitas. Kerugian lain jika tidak ada asupan makanan di pagi hari yaitu dapat memicu kadar insulin lebih tinggi dalam darah. Jika kondisi ini berlangsung terus menerus dapat menjadi cikal bakal penyakit diabetes.

3. Anak Mudah Lemas dan Lesu

Melewatkan waktu sarapan berarti terjadi keterlambatan asupan zat gizi (asupan gula ke dalam sel darah) sehingga dapat menurunkan daya konsentrasi anak sewaktu belajar timbul karena rasa malas, lemas, lesu, pusing, serta mengantuk yang nantinya dapat menimbulkan anemia pada anak.

4. Sering Mengantuk

Mekanisme sarapan selama proses pencernaan di dalam tubuh akan dipecah menjadi molekul-molekul gula sederhana yang lebih kecil, seperti fruktosa, galaktosa dan glukosa. Glukosa ini merupakan bahan bakar otak sehingga dapat membantu dalam mempertahankan konsentrasi, meningkatkan kewaspadaan, dan memberi kekuatan untuk otak, sehingga anak yang tidak sarapan menjadi mudah mengantuk.

5. Sulit Berkonsentrasi

Bila tidak sarapan dapat menyebabkan konsentrasi belajar berkurang, kecepatan bereaksi menurun tajam, sehingga kemampuan memecahkan suatu masalah juga menjadi sangat menurun, prestasi belajar juga ikut menurun kebiasaan tidak sarapan yang berlama-lama juga akan mengakibatkan pemasukan gizi menjadi berkurang dan tidak seimbang sehingga pertumbuhan anak menjadi terganggu, seorang anak yang biasa tidak sarapan dalam jangka waktu yang lama akan berakibat buruk pada penampilan intelektualnya prestasi disekolah menurun dan penampilan sosial menjadi terganggu

6. Emosi Tak Terkendali

Melewatkan sarapan maka akan berdampak pada kondisi psikis dan emosi seseorang, hal ini terjadi seiring menurunnya gula darah dan membuat otak bekerja lebih lambat untuk mengontrol amarah dan emosi.

7. Metabolisme Tubuh Tidak Optimal

Sarapan dapat mengoptimalkan metabolisme tubuh seseorang karena saat tidur semalaman tubuh sedang berpuasa karena tidak ada asupan makanan dan

minuman, tubuh melakukan pembakaran kalori sehingga pada saat bangun tidur kadar gula dalam tubuh menurun oleh karena itu pada pagi hari tubuh harus diberi sarapan dengan asupan gizi seimbang (Khomsan, 2010).

Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk menjadikan sarapan pagi menjadi kegiatan yang menyenangkan yaitu :

1. Anak perlu dibiasakan bangun lebih pagi agar tersedia waktu yang cukup untuk sarapan pagi
2. Para orangtua hendaknya memberi contoh yang baik, yaitu membiasakan sarapan pagi
3. Orangtua dan guru tidak bosan untuk mengingatkan anak selalu sarapan pagi dan memberikan penjelasan mengenai manfaat sarapan pagi
4. Bagi anak yang tidak sempat sarapan pagi, sebaiknya membawa bekal ke sekolah
5. Untuk membiasakan anak yang belum biasa sarapan pagi perlu memakai cara bertahap dimulai dengan memberikan sarapan pagi dengan porsi sedikit kemudian porsi bertahap sesuai dengan anjuran.

Pencegahan masalah gizi pada anak usia sekolah perlu dilakukan untuk menjaga anak tetap sehat, berprestasi di sekolah dan menjadi agen perubahan perilaku sehat bagi keluarga dan masyarakat. Penegasan tersebut dilaksanakan melalui pendekatan kepada anak sekolah dan orang-orang terdekatnya seperti orangtua, guru dan pengelola sekolah yang lainnya (Gizi dan Kesehatan Anak Sekolah Dasar, 2016).

2.3. Komunikasi Informasi dan Edukasi Gizi

Komunikasi adalah suatu proses penyampaian pesan oleh para pengirim pesan atau yang disebut sebagai komunikator kepada penerima pesan yang disebut komunikan baik secara langsung melalui lisan maupun secara langsung dengan menggunakan media, yang digunakan untuk membantu orang lain, mengubah arah, dan mengubah orang lain untuk melakukan sesuatu. Komunikasi juga dapat disebut sebagai proses perpindahan pesan antara dua orang atau lebih baik langsung menggunakan media yang terdiri dari media cetak dan media elektronik.

Komunikasi terdiri dari beberapa jenis yaitu sebagai berikut:

1. Komunikasi tatap muka (dua arah) adalah pengirim dan penerima informasi dapat menjalin komunikasi yang berkesinambungan melalui media yang sama artinya ada timbal balik dan melibatkan dua pihak
2. Komunikasi interpersonal adalah pembicaraan langsung bersifat dua arah yang dilakukan oleh dua orang pada saat yang sama
3. Komunikasi verbal dan non verbal yaitu informasi tentang perasaan seseorang dapat dikemukakan secara lisan melalui apa yang diucapkan, artinya dari suatu kata dapat diperjelas melalui nada suara, keras tidaknya suara yang diucapkan
4. Komunikasi formal dan informal adalah komunikasi yang berjalan sesuai dengan hirarki dan kewenangan organisasi dan telah ditetapkan, komunikasi informal adalah komunikasi yang berjalan secara bebas antar pegawai tanpa memandang jabatan atau pangkat.
5. Komunikasi Kelompok (Diskusi) adalah Komunikasi ini dilakukan pada pendidikan gizi dalam waktu lama melalaui kegiatan diskusi. Jenis

komunikasi inilebih baik karena merupakan hasil pengalaman lapangan dan penelitian ilmiah.

Perkembangan media Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) gizi merupakan media pembelajaran interaktif digunakan untuk mengenalkan pentingnya mengetahui media yang tepat untuk tujuan promosi. Sasaran media pembelajaran ini adalah semua kalangan terkait materi khususnya persoalan gizi yang memenuhi kriteria tepat, berguna, dan menarik sehingga layak untuk digunakan, KIE dapat berjalan dengan baik melalui beberapa tahapan yaitu perencanaan, implementasi dan evaluasi.

2.3.1. Konsep Komunikasi Gizi

Konsep dasar komunikasi Ada lima unsur mendasar dalam proses komunikasi, yakni: sumber, pesan, saluran, penerima dan pengaruh (dalam bahasa Inggris sering disebut dengan *Source – Message – Channel – Receiver – Effect* atau S-M-C-R-E). Demikian pula dalam komunikasi gizi unsur-unsur tersebut tetap ada akan tetapi dengan hal yang lebih spesifik yaitu yang berkaitan dengan gizi.

Konsep dasar komunikasi gizi adalah :

1. Sumber (komunikator) dalam komunikasi gizi sumber disini adalah pihak utama yang mempunyai kebutuhan untuk berkomunikasi atau yang memulai suatu komunikasi yaitu adalah seorang ahli gizi yangmemberitahukan tentang informasi kesehatan yang bersangkutan tentang gizi
2. Pesan adalah informasi yang akan disampaikan seorang ahli gizi kepada

masyarakat tentang informasi kesehatan yang menyangkut masalah gizi masyarakat

3. Saluran merupakan media untuk menyampaikan pesan atau informasi yang akan disampaikan ahli gizi kepada sasaran atau masyarakat, secara langsung (tatap muka) atau secara tidak langsung (melalui media cetak/elektronik dll)
4. Penerima yaitu seorang komunikan atau seorang masyarakat yang menerima informasi yang disampaikan oleh ahli gizi, penerima ini bisa berupa seorang masyarakat saja, dan bisa juga 2 atau lebih, bisa berbentuk organisasi, klayak ramai atau pun lainnya sesuai dengan media yang digunakan oleh seorang ahli gizi atau komunikator sampaikan
5. Pengaruh atau timbale balik (efek) pengaruh adalah respon dari penerima pesan(komunikan) terhadap pesan yang diterima yang dikirimkan oleh pengirim pesan atau seorang ahli gizi, Adanya pengaruh ini memungkinkan bagi ahli gizi untuk mengetahui apakah klien atau masyarakat telah menginterpretasikan pesan yang dikirim, sesuai dengan yang dimaksudkan.

Pada dasarnya kesuksesan program edukasi masyarakat banyak ditentukan oleh penggunaan kombinasi multimedia. Kombinasi media terdiri dari gabungan komunikasi interpersonal dengan media massa. Melalui mass media, tidak pernah terjadi kontak langsung antara penerima dan transmitter karena diperantarai oleh gambaran visual, cetak, atau kombinasi elemen-elemen ini.

Proses pemilihan media dan bahan pendukung adalah sebagai berikut:

- Biaya

- Aksesibilitas/jangkauan
- Mudah di pakai oleh target sasaran
- Kredibilitas / dapat dipercaya
- Parsitipasi masyarakat
- Penyebarluasan pesan dengan waktu (bersifat lama/panjang)
- Berhubungan dengan tujuan intervensi

Tujuan utama program intervensi gizi adalah perbaikan nutrisi kelompok sasaran yang di ukur melalui indicator-indikator diet makanan, biokimia, antropometri, dan biofisik. Seluruh indicator ini menunjukkan status gizi yang berbeda dalam masyarakat. Tujuan khusus program pendidikan gizi adalah untuk memperoleh perubahan perilaku yang mempengaruhi status gizi. Agar program komunikasi berjalan efektif dan dapat mengubah perilaku , target sasaran harus di fokuskan pada isi pesan (terpapar dengan isi pesan) sehingga dapat mengingat pesan (Abrori, 2018).

2.3.2. Tahapan – Tahapan Program KIE

Komunikasi gizi adalah faktor penting dalam rangka perbaikan status gizi suatu masyarakat. Banyak program KIE yang telah dilaksanakan oleh pemerintah yang tujuannya adalah peningkatan status gizi. Untuk mencapai keberhasilan program KIE diperlukan tahapan – tahapan KIE yaitu perencanaan dan pemilihan strategi.

Tahapan- tahapan dalam program KIE adalah sebagai berikut :

Perencanaan merupakan fondasi bagi seluruh proses KIE. Kegagalan pada tahap ini mengakibatkan kegagalan pada seluruh program KIE. Pada tahap perencanaan

terdapat empat fase sebagai berikut:

1. Konseptualisasi

Pada tahap ini yang dilakukan adalah mendefinisikan masalah-masalah gizi, menentukan penyebab masalah-masalah tersebut, membangun the educational framework. Tujuan akhir dari KIE adalah perubahan kebiasaan perilaku yang tidak mendukung terhadap peningkatan status gizi. Oleh karena itu, dalam perencanaan KIE perlu di ketahui kebiasaan-kebiasaan di masyarakat yang buruk tersebut. Untuk mengetahuinya terdapat beberapa cara berikut:

1. *Literature review data* di dapatkan dari perpustakaan atau institusi baik pemerintah maupun swasta berupa jurnal, hasil penelitian. Dibutuhkan waktu pengumpulan beberapa hari atau minggu tergantung dari subyek, biaya tidak mahal. Keterbatasannya adalah data tidak tersedia dan tidak dapat menentukan reliabilitas dan validitas data
2. *Interview in central location data* di kumpulkan dari sejumlah orang di tempat yang ramai dengan menggunakan kuisioner yang telah di uji coba
3. *Indepth Interview* (Wawancara Mendalam) data dikumpulkan dari beberapa orang dengan interview yang mendalam dengan pedoman wawancara
4. *Focus group discussion* (Diskusi Kelompok) data diperoleh berdasarkan diskusi dari 8 sampai 12 orang
5. Observasi data diperoleh dari observasi
6. Survei KAP (*Knowledge, Attitude, Practice*) data dikumpulkan dengan

melakukan survey menggunakan kuisioner dan sampel yang representative dari populasi.

2. Formulasi

Pada fase ini dilakukan penyusunan tujuan mendesain pesan, pemilihan media atau multimedia. Target populasi suatu intervensi pendidikan terdiri dari beberapa kelompok. Untuk melakukan pendekatan pada setiap kelompok, dibutuhkan identifikasi setiap kelompok untuk membedakan satu sama lain.

Tingkat tujuan yang akan dilakukukan adalah :

1. Nutrisi objektif berbeda dalam masyarakat yang utama program intervensi gizi adalah perbaikan nutrisi kelompok sasaran yang di ukur melalui indicator-indikator diet makanan, biokimia, antropometri, dan biofisik. Seluruh indikator ini menunjukkan status gizi yang berbeda dalam masyarakat
2. Edukasi Objektif bertujuan khusus program pendidikan gizi adalah untuk memperoleh perubahan perilaku yang mempengaruhi status gizi
3. Komunikasi Objectif agar program komunikasi berjalan efektif dan dapat mengubah perilaku, target sasaran harus di fokuskan pada isi pesan (terpapar dengan isi pesan) sehingga dapat mengingat pesan.

2.4. Media Promosi Kesehatan

Media promosi kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik itu melalui media cetak, elektonika, dan media luar ruang, sehingga sasaran

dapat meningkatkan pengetahuannya yang akhirnya diharapkan dapat merubah perilakunya ke arah positif terhadap kesehatan. Media atau alat peraga dalam promosi kesehatan dapat diartikan sebagai alat bantu untuk promosi kesehatan yang dapat dilihat, didengar, diraba, dirasa atau dicium, untuk memperlancar komunikasi dan penyebaran informasi dengan kaitannya terhadap kesehatan.

Adri (2018) mengelompokkan media berdasarkan jenisnya, yaitu:

1. Media auditif, yaitu media yang hanya mengandalkan kemampuan suara saja, seperti *tape recorder*
2. Media visual, yaitu media yang hanya mengandalkan indra pengelihatan dalam wujud visual
3. Media audiovisual, yaitu media yang mempunyai unsur suara dan unsur gambar.

Jenis media ini mempunyai kemampuan yang lebih baik dan media ini dibagi ke dalam dua jenis, yaitu :

1. Audiovisual diam, yang menampilkan suara dan visual diam, seperti film sound slide
2. Audiovisual gerak, yaitu media yang dapat menampilkan unsur suara dan gambar yang bergerak, seperti film, *video cassette* dan VCD.

Berdasarkan fungsinya sebagai penyaluran pesan-pesan kesehatan, media dibagi menjadi tiga yaitu media cetak, seperti *booklet*, *leaflet*, *flyer*, *flip chart*, rubrik/tulisan-tulisan poster, foto. Media elektronik, seperti televisi, radio , *video compact disc*, slide, film strip, serta media papan (*bill board*), yang mencakup pesan-pesan yang ditulis pada lembaran seng yang ditempel pada kendaraan umum.

Dilihat dari macamnya media dapat dibagi menjadi :

1. Media cetak yaitu suatu media statis dan mengutamakan pesan-pesan visual. Pada umumnya terdiri atas gambaran sejumlah kata, gambar, atau foto dalam tata warna. Contohnya poster, leaflet, brosur, majalah, surat kabar, stiker, pamflet. Fungsi utamanya adalah memberi informasi dan menghibur. Kelebihan yang dimiliki media cetak antara lain tahan lama, mencakup banyak orang, biaya tidak terlalu tinggi, tidak perlu energi listrik, dapat dibawa, mempermudah pemahaman, dan meningkatkan gairah belajar. Kelemahannya tidak dapat mensimulasi efek suara, dan efek gerak, serta mudah terlipat.
2. Media elektronik yaitu suatu media bergerak, dinamis, dapat dilihat, didengar, dan dalam penyampaian pesannya melalui alat bantu elektronika. Contohnya televisi, radio, film, kaset, CD, VCD, DVD, *slide show*. Kelebihan media elektronik antara lain sudah dikenal masyarakat, melibatkan semua pancaindra, lebih mudah dipahami, lebih menarik karena ada suara dan gambar, adanya tatap muka, penyajian dapat dikendalikan, jangkauan relatif lebih besar/luas, serta dapat diulang-ulang jika digunakan sebagai alat diskusi. Kelemahannya yaitu biaya lebih tinggi, sedikit rumit, memerlukan energi listrik, diperlukan alat canggih dalam proses produksi, perlu persiapan yang matang, peralatan yang selalu berkembang dan berubah, perlu keterampilan penyimpanan, dan perlu keterampilan dalam pengoperasian.
3. Media luar ruang yaitu suatu media yang menyampaikan pesannya diluar ruang secara umum melalui media cetak dan elektronik secara statis.

Contohnya papan reklame, spanduk, pameran, banner, TV layar lebar. Kelebihan media luar ruang diantaranya sebagai informasi umum (Yanti, 2015).

2.4.1. Dasar Pertimbangan Pemilihan Media

Beberapa penyebab orang memilih media antara lain adalah :

1. Bermaksud mendemonstrasikannya
2. Merasa sudah akrab dengan media tersebut
3. Ingin memberi gambaran atau penjelasan yang lebih konkret
4. Merasa bahwa media dapat berbuat lebih dari yang biasa dilakukan

Berdasarkan uraian di atas, penulis menyimpulkan bahwa yang menjadi dasar pertimbangan untuk memilih suatu media sangatlah sederhana, yaitu dapat memenuhi kebutuhan atau mencapai tujuan yang diinginkan atau tidak. Beberapa faktor yang perlu dipertimbangkan misalnya adalah tujuan yang ingin dicapai, karakteristik sasaran, jenis rangsangan yang diinginkan, keadaan latar atau lingkungan, kondisi setempat, dan luasnya jangkauan yang ingin dilayani. Faktor tersebut akhirnya diterjemahkan dalam keputusan pemilihan (Notoatmodjo, 2011).

2.5. Media Teka-Teki Silang

Teka-teki silang merupakan sebuah permainan yang cara bermainnya dengan mengisi ruang-ruang kosong yang terbentuk kotak dengan huruf-huruf sehingga membentuk sebuah kata yang sesuai dengan petunjuk, selain itu mengisi dengan teka-teki silang memang sungguh sangat mengasikkan, selain juga

berguna untuk mengingat kosakata yang populer juga berguna untuk pengetahuan bersifat umum dengan cara santai. Melihat karakteristik teka-teki silang yang lebih santai dan lebih mengedepankan persamaan dan perbedaan kata maka sangat sesuai dipergunakan sebagai sarana untuk latihan dikelas yang diberikan sehingga tidak monoton bukan hanya berupa pertanyaan-pertanyaan dari buku saja.

Teka-teki silang (TTS) merupakan pembelajaran untuk mengasah otak dalam berpikir dan mempelajari kosakata. Dengan menggunakan TTS, anak dapat termotivasi untuk belajar dan memberi pemahaman terhadap kosakata yang mudah dan mendalam. Metode TTS merupakan permainan yang dapat menimbulkan kegairahan dan rasa senang dalam belajar tanpa harus berhadapan dengan situasi yang menjemukan. Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk menggunakan media TTS sebagai media pendidikan gizi pada anak sekolah dasar.

Kelebihan teka-teki silang (TTS) antara lain :

1. Bersifat memberikan penguatan (reinforcement) karena diterapkan pada siswa yang telah memiliki pengalaman belajar Sejarah Kebudayaan Islam sebelumnya
2. Permainan merupakan strategi pengajaran yang dapat dipakai dalam proses belajar mengajar. Aktivitas yang dilakukan para siswa dalam permainan ini bukan saja aktivitas fisik tapi juga aktivitas mental
3. Permainan dapat dipakai untuk membangkitkan kembali kegairahan siswa yang mulai bosan
4. Materi yang dikomunikasikan lewat permainan biasanya mengesan,

sehingga sukar dilupakan

5. TTS relatif murah dan mudah didapatkan atau disiapkan
6. Cara bermainnya termasuk mudah yaitu dengan mengisi jawaban dari pertanyaan yang tersedia baik vertikal maupun horizontal

Kelemahan teka-teki silang (TTS) adalah :

1. Kata-kata yang dibentuk cenderung pendek
2. Permainan biasanya menimbulkan suara gaduh, hal ini jelas mengganggu kelas yang berdekatan
3. Membutuhkan waktu yang cukup lama bagi yang biasa menggunakannya
4. Untuk membentuk isi jawaban dari TTS yang saling berhubungan memerlukan kata yang banyak (Sri,2016)

Penelitian Sartika (2017) menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan dan perilaku siswa sesudah kegiatan intervensi baik pada siswa SDN maupun SDIT (nilai $p < 0,05$). Peningkatan sikap siswa terhadap sarapan juga terjadi pada siswa di kedua SD. Rata-rata asupan energi siswa SDN mengalami peningkatan secara signifikan sedangkan asupan energi siswa SDIT mengalami peningkatan setelah kegiatan intervensi KIE gizi terjadi peningkatan skor rata-rata pengetahuan dan perilaku siswa terhadap kebiasaan sarapan pagi dengan media seperti kartu bergambar, TTS dan ular tangga yang dinilai cukup efektif dalam menghindari kebosanan.

2.6. Media Video Animasi

Video adalah teknologi untuk menangkap, merekam, memproses,

mentranmisikan, menata ulang gambar bergerak. Video yang informasinya disimpan menggunakan signal dari video televise, film, video tape atau media non komputer lainnya. Video merupakan gambaran suatu objek yang bergerak bersama-sama dengan suara alamiah atau suara yang sesuai. Video memiliki kemampuan dalam melukiskan gambar hidup dan suara memberinya daya tarik tersendiri. Pada umumnya video digunakan untuk tujuan-tujuan hiburan, dokumentasi, dan pendidikan. Video dapat menyajikan informasi, memaparkan proses, menjelaskan konsep-konsep yang rumit, mengajarkan keterampilan, menyingkat, atau memperpanjang waktu, dan mempengaruhi sikap.

Video sangat membantu proses pembelajaran dengan efektif karena merupakan media yang melibatkan dua indera, yakni pendengaran dan penglihatan, karena apa yang dipandang oleh mata dan terdengar oleh telinga lebih cepat dan lebih mudah diingat daripada apa yang hanya dapat dibaca saja atau hanya didengar saja. Animasi adalah urutan frame yang ketika diputar dalam frame dengan kecepatan yang cukup dapat menyajikan gambar bergerak lancar seperti sebuah film atau video. Animasi juga diartikan dengan menghidupkan gambar, sehingga perlu mengetahui dengan pasti setiap detail karakter, mulai dari tampak depan (depan, belakang, 3/4 dan samping) detail muka si karakter dalam berbagai ekspresi (normal, diam, marah, senyum, ketawa, kesal dan lainnya) lalu pose/gaya khas karakter bila sedang melakukan kegiatan tertentu yang menjadi ciri khas si karakter tersebut.

Video animasi adalah suatu media yang sempurna dan menarik perhatian siswa memperoleh informasi lebih lanjut dalam waktu yang singkat. Visual animasi pula dapat menumbuhkan minat siswa memberikan hubungan antara isi

pelajaran dengan dunia nyata, agar menjadi efektif, media animasi sebaiknya ditempatkan pada konteks yang bermakna untuk meyakinkan terjadinya proses informasi yang baik (Ashar, 2011)

Berikut adalah beberapa kelebihan dari menggunakan media video animasi :

1. Menarik perhatian
2. Menampilkan aksi-aksi yang tidak terlihat atau proses fisik yang berbeda
3. Dapat memotivasi dan meningkatkan semangat belajar siswa
4. Dapat menggabungkan sejumlah data ilmiah ke dalam suatu gambaran yang simple dan praktis
5. Penggabungan unsur media lain seperti audio, teks, video, gambar, grafik, dan suara menjadi suatu kesatuan penyajian sehingga mengakomodasi sesuai dengan modalitas siswa
6. Mempermudah seseorang untuk menyampaikan dan menerima materi, fikiran dan peran serta dapat menghindarkan salah pengertian
7. Media video animasi dapat memudahkan siswa menyimak alur cerita yang disajikan.

Berikut adalah kelemahan dari video animasi :

1. *Fine details*, yaitu tidak dapat menampilkan obyek sampai sekecil-kecilnya dengan sempurna
2. Menggunakan alat berupa proyektor dan laptop sehingga sulit dijangkau jika digunakan dalam proses belajar siswa SD
3. Audio visual harus menyesuaikan keadaan, jika keadaan rebut maka tidak akan terdengar jelas
4. Pengambilan yang kurang tepat dapat menyebabkan timbulnya keraguan

penonton dalam menafsirkan gambar dan informasi yang dilihatnya

5. Pentingnya penulisan naskah untuk memperjelas objek
6. Memerlukan kreatifitas dan keterampilan yang cukup memadai untuk mendesain animasi yang dapat secara efektif digunakan sebagai media pembelajaran
7. Memerlukan tempat penyimpanan dan memori yang cukup besar
(Daryanto,2010)

Hasil penelitian Puspita (2017) menyatakan bahwa pembelajaran yang disampaikan menggunakan video animasi di dalam kelas membuat siswa lebih mudah memahami pelajaran dibandingkan dengan pembelajaran yang disampaikan dengan metode lainnya seperti ceramah, diskusi, dan lain-lain. “lebih jelas, lebih faham menggunakan video karena jika dijelaskan langsung oleh guru akan cepat bosan, Dari uraian diatas menunjukkan bahwa video animasi lebih memudahkan siswa dalam belajar dibandingkan dengan belajar tanpa menggunakan video animasi.

2.7. Pengetahuan

Menurut Notoadmodjo (2012) pengetahuan merupakan hasil tahu yang terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan yang di cakup dalam ranah pengetahuan mempunyai enam tingkatan, yaitu:

1. Tahu (*Know*) diartikan sebagai mengingat suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Termasuk ke dalam pengetahuan tingkat ini adalah

mengingat kembali (*recall*) sesuatu yang spesifik dari seluruh bahan yang dipelajari atau rangsangan yang telah diterima. Oleh sebab itu, tahu ini merupakan tingkat pengetahuan yang paling rendah. Kata kerja untuk mengukur bahwa orang tahu tentang apa yang dipelajari antara lain menyebutkan, menguraikan, mendefinisikan menyatakan dan sebagainya.

2. Memahami (*Comprehension*) diartikan sebagai suatu kemampuan untuk menjelaskan secara benar tentang objek yang diketahui, dan dapat menginterpretasikan materi tersebut secara benar. Orang yang telah paham terhadap objek atau materi harus dapat menjelaskan, menyebutkan contoh, menyimpulkan, meramalkan, dan sebagainya terhadap objek yang dipelajari.
3. Aplikasi (*Application*) diartikan sebagai kemampuan untuk menggunakan materi yang telah dipelajari pada situasi atau kondisi *real* (sebenarnya). Aplikasi di sini dapat diartikan sebagai aplikasi atau penggunaan hukum-hukum, rumus, metode, prinsip, dan sebagainya dalam konteks atau situasi yang lain.
4. Analisa (*Analysis*) adalah suatu kemampuan untuk menjabarkan materi atau suatu objek ke dalam komponen-komponen, tetapi masih di dalam suatu struktur organisasi, dan masih ada kaitannya satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari penggunaan kata kerja, seperti dapat menggambarkan (membuat bagan), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, dan sebagainya.
5. Sintesis (*Synthesis*) menunjukkan kepada suatu kemampuan untuk meletakkan atau menghubungkan bagian-bagian di dalam suatu bentuk

keseluruhan yang baru. Dengan kata lain sintesis adalah suatu kemampuan untuk menyusun formulasi baru dari formulasi-formulasi yang ada. Misalnya, dapat menyusun, dapat merencanakan, dapat meringkas, dapat menyesuaikan, dan sebagainya terhadap suatu teori atau rumusan-rumusan yang telah ada.

6. Evaluasi (*Evaluation*) berkaitan dengan kemampuan untuk melakukan justifikasi atau penilaian terhadap suatu materi atau objek. Penilaian-penilaian ini didasarkan pada suatu kriteria yang ditentukan sendiri, atau menggunakan kriteria-kriteria yang telah ada (Notoatmodjo, 2012).

Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan dengan wawancara atau angket yang menyatakan tentang isi materi yang ingin diukur dari subyek penelitian atau responden ke dalam pengetahuan yang ingin kita ketahui atau kita ukur. Pengetahuan dalam penelitian ini akan diukur dengan menggunakan jenis kuesioner yang bersifat *self administered questioner* yaitu jawaban diisi sendiri oleh responden. Dan bentuk pertanyaannya berupa pilihan berganda, dimana hanya ada satu jawaban yang benar. Hal ini dimaksudkan untuk menghindari penilaian yang bersifat subyektif.

2.8. Sikap

Sikap adalah respon tertutup seseorang terhadap suatu stimulus atau objek baik yang bersifat intern maupun ekstern sehingga manifestasinya tidak langsung dapat dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Sikap secara realitas menunjukkan adanya kesesuaian respons terhadap stimulus tertentu. Sikap individu tidak terlepas dari perilaku, sebab proses terjadinya perilaku seseorang berlangsung karena adanya sikap orang terhadap

obyek, sikap seseorang terhadap suatu obyek adalah perasaan mendukung atau memihak (*favourable*), maupun perasaan tidak mendukung atau memihak (*unfavourable*) pada obyek tersebut. Secara lebih spesifik Thurstone memformulasikan sikap sebagai derajat aspek positif atau negatif terhadap suatu obyek psikologis (Azwar, 2005).

Menurut Notoadmodjo (2012), sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap secara nyata menunjukkan konotasi adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yang dalam kehidupan sehari-hari merupakan reaksi yang bersifat emosional terhadap stimulus sosial. Sikap adalah kecenderungan untuk bertindak, berpersepsi dan merasa dalam menghadapi objek, ide, situasi atau nilai. Sikap bukan perilaku, tetapi kecenderungan untuk berperilaku dengan cara-cara tertentu terhadap objek sikap. Objek sikap boleh berupa benda, orang, tempat, gagasan, situasi atau kelompok. Sikap mengandung daya pendorong atau motivasi. Sikap bukan sekedar rekaman masa lalu, tetapi juga menentukan apakah orang harus pro dan kontra terhadap sesuatu, menentukan apakah yang disukai, diharapkan dan diinginkan, mengesampingkan apa yang tidak diinginkan dan apa yang harus dihindari.

Menurut Notoatmodjo (2012), sikap terdiri dari beberapa tingkatan yaitu :

1. Menerima (*Receiving*) diartikan bahwa seseorang atau subjek mau memperhatikan stimulus yang diberikan. Misalnya sikap orang terhadap TB paru dapat dilihat dari kesediaan dan perhatian orang itu terhadap pemberian informasi tentang TB paru
2. Menanggapi (*Responding*) diartikan memberi jawaban atau tanggapan

terhadap pertanyaan atau objek yang dihadapi. Memberikan jawaban apabila ditanya, mengerjakan dan menyelesaikan tugas yang diberikan adalah suatu indikasi dari sikap.

3. Menghargai (*Valuing*) diartikan subjek atau seseorang memberikan nilai yang positif terhadap objek atau stimulus.
4. Bertanggung jawab (*Responsible*) yaitu sikap yang paling tinggi tindakannya adalah bertanggung jawab terhadap apa yang telah diyakininya. Bertanggung jawab atas segala sesuatu yang telah dipilihnya dengan segala resiko merupakan sikap yang paling tinggi

Sedangkan perilaku kesehatan adalah usaha seseorang untuk memelihara atau menjaga kesehatan agar tidak sakit dan usaha untuk penyembuhan bilamana sakit, salah satu aspek perilaku pemeliharaan kesehatan adalah perilaku gizi (makanan dan minuman). Makanan dan minuman dapat memelihara serta meningkatkan kesehatan seseorang tetapi sebaliknya makanan dan minuman dapat menjadi penyebab penurunan kesehatan seseorang, bahkan dapat mendatangkan penyakit, hal ini sangat tergantung pada perilaku seseorang terhadap makanan dan minuman tersebut.

2.9. Kajian Integritas Keislaman

2.9.1. Konsep Pendidikan Sejak Dini Dalam Islam

Allah SWT telah memberikan amanah, tanggung jawab kepada manusia khususnya orangtua termasuk guru dan pengasuh berupa pendidikan yang benar terhadap anak. Dan salah satu tugas manusia adalah menuntut ilmu sepanjang hayat yang disebutkan dalam ayat suci Al-Quran Surat At-Tahrim ayat 6

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوا أَنْفُسَكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ

Artinya : Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.

Begitu pula dikatakan oleh sahabat Rasul Ali Bin Abi Thalib RA, menafsirkan ayat tersebut dengan mengatakan “Didik dan ajarilah mereka (istri dan anak-anak) hal-hal kebaikan” (Tafsir Ath-Thobari, Al Maktabah As-Syamilah). Berdasarkan tafsir tersebut maka dengan jelas bahwa agama Islam mengajarkan tentang pentingnya proses mendidik anak sejak usia dini. Dalam melaksanakan pendidikan anak terdapat prinsip yang perlu diperhatikan, yaitu :

1. Mengutamakan kebutuhan anak. Seluruh kegiatan pembelajaran yang dilakukan harus berorientasi pada kebutuhan anak berdasarkan tingkat perkembangannya. Dengan memenuhi kebutuhan anak dengan baik akan tercapainya aspek-aspek perkembangan lainnya seperti perkembangan nilai agama dan moral, motorik, kognitif, bahasa, sosial-emosional
2. Bermain sambil belajar merupakan fitrah setiap anak. Bermain dijadikan sebagai metode belajar untuk anak usia dini. Dengan melakukan permainan anak belajar untuk bereksplorasi, menemukan, mencoba dan bersosial
3. Tersedianya lingkungan yang mendukung. Lingkungan di suatu lembaga

pendidikan baik di sekolah dengan desain semenarik mungkin, menyenangkan, menantang juga aman yang mendukung untuk dapat dilakukannya proses pembelajaran

4. Mengembangkan keterampilan hidup (*lifeskills*). Mengembangkan keterampilan hidup seperti, dapat menolong diri sendiri, mandiri, bertanggung jawab melalui hal yang sederhana, serta memiliki disiplin dini
5. Menggunakan berbagai media dan permainan edukatif serta sumber belajar yang bervariasi. Media yang digunakan tidak terbatas sesuai dengan kreatifitas pendidik, guru dan orang tua. Serta sumber belajar dapat berasal dari lingkungan terdekat dengan anak.

2.9.2. Media Pembelajaran Dalam Al-Qur'an dan Al-Hadis

Belajar adalah suatu proses yang kompleks yang terjadi pada diri setiap orang sepanjang hidupnya. Proses belajar itu terjadi karena adanya interaksi antara seseorang dengan lingkungannya. Oleh karena itu, belajar dapat terjadi kapan saja dan di mana saja, salah satu pertanda bahwa seseorang itu telah belajar adalah adanya perubahan tingkah laku pada dirinya yang disebabkan oleh terjadinya perubahan pada tingkat pengetahuan, keterampilan, atau sikap. Dalam proses belajar mengajar, kehadiran alat/media mempunyai arti yang cukup penting. Karena dalam kegiatan tersebut ketidak jelasan bahan yang disampaikan dapat dibantu dengan menghadirkan media sebagai perantara.

Pada zaman Nabi SAW sudah dikenal kegiatan belajar mengajar, sehingga kalau dilihat kembali pada zaman Nabi SAW, sebenarnya media pembelajaran itu sendiri sudah ada dan sudah diaplikasikan oleh Rasulullah SAW. Beliau dalam mengajarkan ilmu pengetahuan kepada sahabat- sahabatnya tidak lepas dari

adanya media sebagai sarana penyampaian materi ajaran agama Islam.

Sebagaimana dalam firman Allah SWT dalam surah An-Nahl ayat 44 :

بِالْبَيِّنَاتِ وَالزُّبُرِ وَأَنْزَلْنَا إِلَيْكَ الذِّكْرَ لِتُبَيِّنَ لِلنَّاسِ مَا نُزِّلَ إِلَيْهِمْ وَلَعَلَّهُمْ يَتَفَكَّرُونَ

Artinya : “ Kami turunkan kepadamu Al-Qur'an agar kamu menerangkan pada umat manusia apa yang telah diturunkan kepada mereka dan supaya mereka memikirkan”

Dalam Tafsir Al-Jalalin ayat ini juga menerangkan bahwa Allah menurunkan Al- Qur'an kepada Nabi Muhammad saw supaya beliau menjelaskan kepada manusia mengenai ajaran, perintah, larangan, dan aturan hidup yang harus mereka perhatikan dan amalkan. Al-Qur'an juga mengandung kisah umat-umat terdahulu agar dijadikan suri teladan dalam menempuh kehidupan di dunia. Nabi Muhammad juga diperintahkan untuk menjelaskan hukum-hukum yang terkandung dalam Al-Qur'an dan merinci ayat-ayat yang bersifat global mengkhususkan yang bersifat umum, membatasi yang mutlak dan lain-lain agar mudah dicerna dan sesuai dengan kemampuan berpikir mereka kemudian mengambil pelajaran daripadanya.

Demikian pula dalam masalah penerapan media pembelajaran pendidik harus memperhatikan perkembangan jiwa keagamaan anak didik, karena faktor inilah yang justru menjadi sasaran media pembelajaran. Tanpa memperhatikan serta memahami perkembangan jiwa anak atau tingkat daya pikir anak, pendidik akan sulit untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

2.9.3. Hadis Tentang Alat dan Media Pendidikan

Alat Pendidikan adalah segala sesuatu yang bersifat mendukung tercapainya tujuan pendidikan baik alat berupa benda maupun bukan benda.

Syafaruddin,(2009) mengatakan secara sederhana bahwa alat pendidikan dipahami adalah alat yang terkait dengan perlengkapan dalam pelaksanaan pendidikan. Di sekolah misalnya, alat pendidikan dapat berupa buku teks, alat peraga, alat klasikal seperti *white board*, *over head projector*, papan tulis, kapur tulis, gambar-gambar, *Laser Compact Disk* (LCD).

Anak-anak dan dunianya memiliki keistimewaan tersendiri. Sungguh ringkas dan jelas sebuah pedoman yang digariskan oleh ibunda orang-orang beriman, Aisyah radhiyallahuanhu mengatakan :

فَاقْدُرُوا قَدْرَ الْجَارِيَةِ

Artinya : Maklumi dunia (kebutuhan) anak kecil” (HR. Bukhari no 5190, 5236 dan Muslim no 892).

Kalimat yang ringkas dan jelas ini menjelaskan kepada kita bahwa anak kecil itu memiliki kekhususan tertentu. Dia memiliki “dunia” sendiri, sudah mulai memahami sesuatu, dan harus diberikan perhatian khusus. Hal ini tentu memiliki perbedaan dengan orang yang sudah dewasa. Oleh sebab itu, anak kecil perlu diberikan perhatian khusus dan perlu didudukkan sesuai tempatnya. Sehingga anak-anak tidak layak diperlakukan serius, tegang, kaku pada setiap waktu, tidak boleh diberikan beban di luar batas kemampuannya, tidak boleh dicegah dari haknya yang masih suka bermain, hiburan dan senang-senang. Namun di sisi lain, orang tua juga tidak boleh membiarkan anak-anaknya hanya bermain di semua waktunya. Ringkasnya mungkin boleh dikatakan, ‘maklumi (hargai) kebutuhan anak-anak.

Dunia anak-anak adalah kehidupan yang penuh dengan bermain. Permainan dan anak-anak merupakan dua hal yang berbeda tetapi satu dengan yang lainnya tidak dapat dipisahkan. Dapat dikatakan bahwa hampir

sepanjang masa kanak-kanak tidak terlepas dari permainan. Dalam hal ini yang perlu lebih diperhatikan maknanya dalam bermain yaitu aktivitas yang dilakukan untuk memperoleh kesenangan. Kondisi untuk memperoleh kesenangan seperti ini dapat dijumpai dalam hadis Rasul, antara lain sebagai berikut :

“ Biarkanlah mereka bermain hai Umar”, dan Ali menambahkan bahwa telah menceritakan kepada kami makmar tentang hal itu yang terjadi di Masjid” (HR.Bukhari).

Oleh karena itu perlu dipahami tujuan dari bermain yaitu bermain dengan anak-anak perlu memperhatikan esensi waktu, sehingga anak-anak akan belajar *role* dalam bermain sejak dini. Permainan edukatif mempunyai arti yang lebih luas, dalam hal ini dapat merangsang aspek perkembangan anak dan mempunyai nilai edukatif, serta memperhatikan tingkat keamanan yang memadai dengan nilai estetik yang baik dengan alat yang dapat membantu agar aktivitas bermain lebih bermakna dan mampu menstimulasi perkembangan anak dengan maksimal, contohnya adalah teka-teki silang dan video animasi.

2.9.4. Pengaruh Pengetahuan Terhadap Prilaku Seseorang Dalam Islam

Manusia sebagai makhluk Allah yang paling sempurna mempunyai karakteristik dan perilaku yang sangat berbeda dengan makhluk lainnya yang memiliki akal dan pikiran sehingga Allah memberikan amanat kepadanya untuk menimba ilmu setinggi-tingginya dan mengamalkan ilmu tersebut dalam kehidupan sehari-harinya, karena sesungguhnya manusia adalah makhluk perubah, sebagaimana dalam firman Allah Ar-Ra“d ayat 11 :

هُ مُعَقَّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِّنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا

Artinya : *“Sesungguhnya Allah tidak mengubah keadaan sesuatu kaum sehingga*

mereka mengubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia”

Maksud ayat ini menurut At-Thabari, menjelaskan bahwa semua orang itu dalam kebaikan dan kenikmatan. Allah tidak akan mengubah kenikmatan-kenikmatan seseorang contohnya seperti pengetahuan, kesehatan, kecuali mereka mengubah kenikmatan menjadi keburukan sebab perilakunya sendiri dengan bersikap zalim dan saling bermusuhan kepada saudaranya sendiri. Juga terdapat dalam firman Allah dalam Surah Al-Anfal ayat 53 :

ذَٰلِكَ بِأَنَّ اللَّهَ لَمْ يَكُ مُغَيِّرًا نِّعْمَةً أَنْعَمَهَا عَلَىٰ قَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنفُسِهِمْ

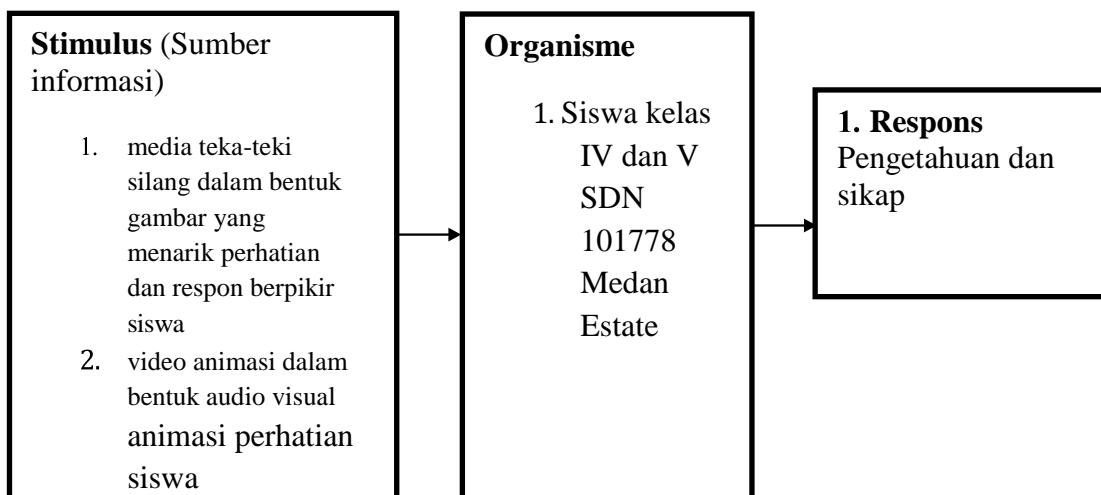
Artinya : Demikianlah Allah sekali-kali tidak akan merubah kenikmatan yang telah dikaruniakan pada suatu bangsa, kecuali bangsa itu sendiri yang merubahnya.

Tafsir Al-Mukhtashar menjelaskan hukuman yang berat itu terjadi karena apabila Allah memberikan nikmat-Nya kepada suatu kaum maka Allah tidak akan mencabutnya dari mereka sampai mereka sendiri mengubah perilaku mereka, yaitu dari iman, istikamah, dan mensyukuri nikmat menjadi kafir, durhaka, dan mengingkari nikmat Allah. Sesungguhnya Allah Maha Mendengar ucapan hamba-hamba-Nya lagi Maha Mengetahui perbuatan mereka, tidak ada sesuatu pun yang luput dari pengetahuan-Nya, maka sudah jelas dipastikan jika seseorang diberikan suatu ilmu yang baik dan bermanfaat bagi kesehatan contohnya pengetahuan tentang sarapan pagi bagi anak yang dapat memenuhi nutrisi harian anak pada pagi hari sehingga konsentrasi belajar anak meningkat dan mendapatkan nilai dan prestasi yang baik dapat membanggakan kedua orangtuanya karena selain pintar dan aktif kecukupan gizi anak akan terpenuhi setiap harinya

2.10. Kerangka Teori

Teori Stimulus Organisme Respons (SOR) merupakan suatu respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Oleh karena itu perilaku ini terjadi melalui proses adanya stimulus terhadap organisme dan kemudian organisme tersebut merespon. Terjadinya perubahan perilaku apabila stimulus (rangsangan) yang diberikan dapat meyakinkan organisme tersebut, apabila stimulus telah mendapat perhatian dari organisme atau individu tersebut mengerti maka dilanjutkan dengan proses pengolahan bertindak demi stimulus yang sudah diterimanya (sikap) dengan adanya dukungan fasilitas serta dorongan dari lingkungan maka stimulus tersebut mempunyai efek tindakan atau perubahan perilaku (Notoadmodjo, 2012). Dapat dilihat pada tabel SOR dibawah ini :

Table 2. 1. Kerangka Teori S-O-R



2.11. Kerangka Konsep

Berdasarkan beberapa kajian teori dan tujuan penelitian maka kerangka konsep yang dibentuk dengan menggeneralisasikan suatu penelitian yang disusun

adalah sebagai berikut:

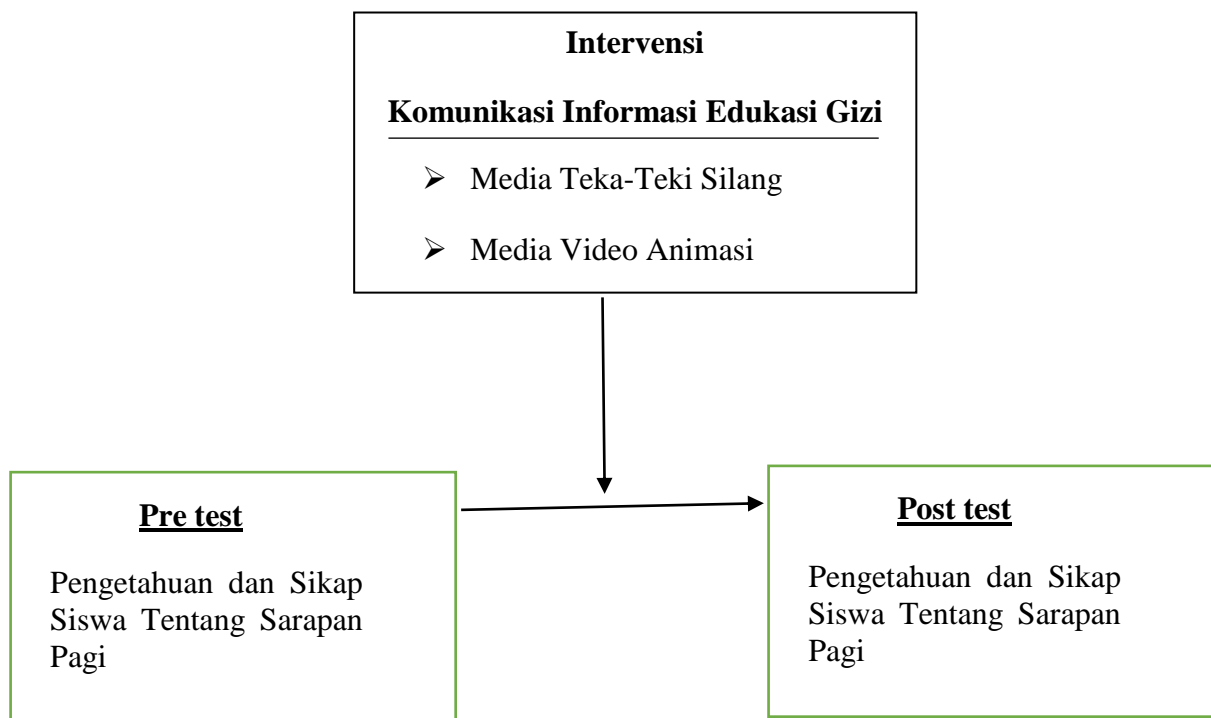


Table 2. 2. Kerangka Konsep Penelitian

2.10. Hipotesa Penelitian

Hipotesa pada penelitian ini adalah :

1. Terdapat pengaruh pengetahuan tentang sarapan pagi menggunakan media teka-teki silang dan video animasi pada siswa SDN 101778 Medan Estate
2. Tidak terdapat pengaruh sikap tentang sarapan pagi menggunakan media teka-teki silang dan video animasi pada siswa SDN 101778 Medan Estate.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah eksperimen semua (quasi experiment) dengan rancangan *pre test-post test design*. Kelompok-kelompok yang diteliti pada design ini tidak diambil secara random melainkan dipilih secara sengaja oleh peneliti sebagai kelompok yang akan dibandingkan (Notoatmodjo,2007). Penelitian ini menggunakan dua kelompok yaitu kelompok yang diberi perlakuan media teka-teki silang dan kelompok yang diberi perlakuan dengan media video animasi.

Rancangan penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut:

O1	X 1	O2	O3
O4	X 2	O5	O6

Table 3. 1. Rancangan *Pretest-Posttest Design*

Keterangan :

O1 dan O4 Pretest untuk menilai pengetahuan dan sikap sebelum dilakukan intervensi dengan media teka-teki silang dan video animasi

XI dan X2 intervensi menggunakan media teka-teki silang dan video animasi

O2 dan O5 Posttest untuk menilai pengetahuan dan sikap sesudah intervensi menggunakan media teka-teki silang dan video animasi.

O3 dan O6 Posttest untuk menilai pengetahuan dan sikap setelah satu minggu dilakukan intervensi menggunakan media teka-teki silang dan video animasi. Pemberian rentang waktu selama satu minggu dimaksudkan untuk mengetahui pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi siswa SDN 101778 Medan Estate dilihat dari kemampuan siswa mengingat dan memahami informasi yang disampaikan tentang sarapan pagi pada saat menggunakan media teka-teki silang dan video animasi.

3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian ini adalah SDN 101778 Medan Estate terletak di jalan Mesjid Kelurahan Medan Estate Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara. Waktu penelitian dimulai dari Juni sampai Juli 2020.

3.3. Populasi dan Sampel

3.3.1. Populasi

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa SDN 101778 Medan Estate yaitu 200 siswa.

3.3.2. Sampel

Sampel pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV dan V Sekolah Dasar di SDN 101778 Medan Estate sebanyak 60 orang. Dikarenakan kelas IV dan V lebih mudah memahami informasi yang disampaikan, dan siswa kelas 6 sedang fokus belajar untuk mengikuti Ujian Nasional.

3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel

Metode pengambilan sampel yang disebut sebagai responden dalam penelitian ini adalah secara *purposive sampling* yaitu pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan-pertimbangan tertentu.

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 orang yang berasal dari 2 kelas yaitu kelas IV dan V SDN 101778 Percut ditetapkan sebagai sampel dan dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu :

1. Kelompok I terdiri dari anak sekolah dasar kelas IV berjumlah 30 orang, diberi edukasi dengan media teka-teki silang
2. Kelompok II terdiri dari anak sekolah dasar kelas V berjumlah 30 orang, diberi edukasi dengan media video animasi

Sampel pada penelitian ini ditetapkan dengan kriteria inklusi, yaitu:

1. Anak sekolah dasar yang duduk dikelas empat dan lima, bertujuan untuk persamaan karakteristik responden dan juga karena pada usia ini ingatan anak mempunyai intensitas paling besar dan paling kuat, anak mampu memuat jumlah materi ingatan paling banyak
2. Memiliki peringkat kelas 1-30 atau nilai rata-rata raport 70
3. Bersedia mengikuti kegiatan sampai selesai dengan menandatangani surat Informend Consent

3.4. Variabel Penelitian

Variabel adalah segala sesuatu berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh seorang peneliti yang akan menjadi objek pengamatan penelitian. Variabel pada penelitian ini terdiri dari :

1. Variabel bebas (*independent variabel*) yaitu edukasi gizi menggunakan

media teka-teki silang dan video animasi

2. Variabel terikat (*dependent variabel*) yaitu pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar tentang sarapan pagi

3.5. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah penjelasan dari masing-masing variabel yang digunakan dalam penelitian. Definisi operasional dalam penelitian ini adalah :

1. Pengetahuan adalah kemampuan responden untuk menjawab suatu pertanyaan dengan benar tentang sarapan pagi
2. Sikap adalah tanggapan responden atau pandangan yang dinyatakan dalam pernyataan tentang sarapan pagi
3. Teka-teki silang adalah permainan kata berbentuk serangkaian ruang-ruang kosong berbentuk kotak-kotak berwarna hitam putih dengan dominasi pesan berisikan pengetahuan yang menjelaskan tentang sarapan pagi
4. Video animasi adalah media audio visual yang berupa gambar dan pesan berupa kartun animasi berisikan teks yang menjelaskan tentang sarapan pagi

3.6. Aspek Pengukuran

Aspek pengukuran pada penelitian ini berdasarkan pada jawaban responden terhadap pertanyaan yang ada di kuesioner yang disesuaikan dengan skor pada table dibawah ini:

Table 3. 2. Aspek Pengukuran Penelitian

No.	Variabel	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
1.	Pengetahuan	Menjawab jumlah skor dibagi 10 soal: Ya skor 1 Tidak skor 0	Baik skor 8-10 Cukup 6-7 Kurang 0-5	Ordinal
2.	Sikap	Menjawab pernyataan Positif Setuju skor 1 Negatif Tidak Setuju skor 1	Baik : 8-10 Kurang 0-7	Ordinal

3.7. Uji Validitas dan Reabilitas

Uji validitas dan reabilitas adalah alat ukur penelitian berupa kuesioner yang dilakukan sebelum digunakan untuk mengukur nilai pengetahuan dan sikap siswa sekolah dasar. Hal ini dimaksudkan agar alat ukur yang digunakan benar-benar tepat dan cermat dalam melakukan fungsi ukurnya serta dapat dipercaya. Validitas dan reliabilitas alat ukur dilihat dari koefisien korelasinya, semakin tinggi angka koefisien korelasi berarti semakin valid dan reliabel alat ukur tersebut (Sugiono, 2001)

3.7.1. Uji Validitas

Uji validitas data dilakukan pada 30 siswa sekolah dasar yang berasal dari SDN 101778 Medan Estate dengan pertimbangan memiliki karakteristik yang hampir sama. Uji ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana suatu ukuran atau nilai yang menunjukkan tingkat kehandalan atau kesahihan suatu alat ukur dengan cara mengukur korelasi antara variabel atau item dengan skor total variabel pada analisis *reability* dengan melihat nilai *correlation corrected item*, dengan ketentuan jika nilai r hitung $>$ r tabel, maka dinyatakan valid dan sebaliknya.

Adapun uji validitas yang telah dilakukan sebagai berikut:

1. Pengetahuan

Pada variabel pengetahuan terdapat sebanyak 10 pertanyaan. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh pertanyaan dinyatakan valid, karena r hitung rata-rata lebih besar dari r table (0,254). Hasil tersebut dilihat pada table dibawah ini:

Table 3. 3. Hasil Uji Validitas Variabel Pengetahuan

NO.	Pertanyaan	r hitung	r tabel	Keterangan
1.	P1	0,498	0,254	Valid
2	P2	0,351	0,254	Valid
3	P3	0,621	0,254	Valid
4	P4	0,478	0,254	Valid
5	P5	0,261	0,254	Valid
6	P6	0,548	0,254	Valid
7	P7	0,403	0,254	Valid
8	P8	0,370	0,254	Valid
9	P9	0,546	0,254	Valid
10	P10	0,477	0,254	Valid

2. Sikap

Pada variabel sikap terdapat sebanyak 10 pernyataan. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh pertanyaan dinyatakan valid, karena r hitung rata-rata lebih besar dari r table (0,254). Hasil tersebut dilihat pada table dibawah ini:

Table 3 4. Hasil Uji Validitas Variabel Sikap

NO.	Pertanyaan	r hitung	r tabel	Keterangan
1.	P1	0,680	0,254	Valid
2	P2	0,334	0,254	Valid
3	P3	0,696	0,254	Valid
4	P4	0,773	0,254	Valid
5	P5	0,808	0,254	Valid
6	P6	0,699	0,254	Valid
7	P7	0,615	0,254	Valid
8	P8	0,502	0,254	Valid
9	P9	0,793	0,254	Valid
10	P10	0,848	0,254	Valid

3.7.2.
Uji
Reab
ilitas

Uji Reabilitas data merupakan indeks sejauh mana suatu alat ukur dapat menunjukkan ketepatan dan dapat dipercaya dengan menggunakan metode *Cronbach's Alpha*, yaitu menganalisis reabilitas alat ukur dari satu kali pengukuran, dengan ketentuan, jika nilai $r \text{ Alpha} > r \text{ tabel}$, maka dinyatakan reliabel (Notoadmodjo, 2010). Pertanyaan yang sudah valid kemudian dilakukan uji reabilitas jika nilai $r \text{ Alpha} > 0,6$ maka dinyatakan reliabel. Dan dapat dilihat pada table dibawah ini :

Table 3 .5. Hasil Uji Reabilitas Variabel Pengetahuan dan Sikap

NO.	Variabel	Crombach Alpha	N of items	Keterangan
1.	Pengetahuam	0,624	10	Valid
2	Sikap	0,631	10	Valid

3.8. Teknik Pengumpulan Data

3.8.1. Jenis Data

Jenis data pada penelitian ini terbagi atas :

1. Data Primer

Alat pengumpul data dalam penelitian ini adalah kuesioner terstruktur yang berisi sejumlah pertanyaan yang diisi langsung sendiri oleh responden pada saat dibagikan pengetahuan dan sikap anak tentang sarapan pagi. Ketentuan ini berlaku pada saat dilakukan *pre* dan *post test* dilakukan untuk kedua kelompok

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik Deli Serdang, Provil Kesehatan Sumut, data demografi dan geografi wilayah penelitian, data profil SDN 101778 Medan Estate, studi kepustakaan (literatur), dan jurnal kesehatan dan buku yang berhubungan dengan penelitian ini.

3.8.2. Alat Instrumen Penelitian

Alat pengumpul data dalam penelitian ini adalah kuesioner terstruktur yang berisi sejumlah pertanyaan yang diisi langsung sendiri oleh responden pada saat dibagikan tentang 10 pertanyaan mengenai pengetahuan dan 10 pertanyaan mengenai sikap anak tentang sarapan pagi. Ketentuan ini berlaku pada saat dilakukan *pre* dan *post test* dilakukan untuk kedua kelompok dengan masing-masing skor yang sudah ditentukan.

3.8.3. Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur kegiatan penelitian yang dilakukan meliputi beberapa tahapan yaitu :

1. Tahap Persiapan

Peneliti melakukan pengurusan perizinan ke lokasi penelitian kemudian melakukan pengumpulan data awal di SDN 101778 Medan Estate.

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan dilakukan pada bulan Juni 2020 bertempat di ruang kelas. Sebelum pelaksanaan kegiatan peneliti sudah berkoordinasi terlebih dahulu dengan para guru kelas untuk mengetahui identitas siswa sekolah dasar yang akan mengikuti edukasi tentang sarapan pagi. Kegiatan edukasi gizi dibagi menjadi dua kelompok yaitu:

a. Kelompok edukasi dengan media teka-teki silang

Kegiatan pada kelompok ini dilakukan pada bulan Juni 2020, dimulai pada pukul 09.00 WIB. Langkah pelaksanaannya adalah : 1) Fasilitator membuka acara, menjelaskan tujuan kegiatan, memperkenalkan diri, 2) Melakukan *Pre test* untuk mengetahui pengetahuan dan sikap anak sekolah dasar dengan menggunakan kuesioner yang telah disiapkan selama 20 menit, 3) pembagian bahan edukasi berupa media teka-teki silang tentang sarapan pagi pada siswa agar dapat membaca dan menjawab pertanyaan dari kuis teka-teki silang dengan diberi waktu selama 30 menit

b. Kelompok edukasi dengan media video animasi

Edukasi pada kelompok ini dilaksanakan pada bulan Juni 2020 dimulai pada pukul 09.00 WIB. Edukasi pada kelompok media video animasi dilakukan di ruang kelas. Langkah-langkah pelaksanaan sama dengan edukasi menggunakan

media teka-teki silang, perbedaannya pada kelompok ini edukasi dilakukan dengan menggunakan media video animasi tentang sarapan pagi dan diberikan waktu untuk memperhatikan dan menyimak selama 25 menit. Pengukuran *posttest* guna mengukur perbedaan pengetahuan dan sikap setelah dilakukan intervensi dengan menggunakan media TTS dan video animasi dan satu minggu setelahnya.

3.9. Analisis Data

3.9.1. Analisis Unvariat

Analisis data secara univariat dilakukan untuk mendapatkan gambaran distribusi frekuensi responden. Analisa ini digunakan untuk memperoleh gambaran variabel independen (edukasi gizi menggunakan media teka-teki silang dan video animasi) dan variabel dependen (pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi). Dalam uji univariat juga melihat berdistribusi normal sebaran data dalam penelitian. Untuk mengetahui distribusi normal atau tidak normal digunakan uji *Shapiro Wilk* kemudian setelah dilakukan uji normalitas dapat dilanjutkan ke analisis bivariate untuk melihat perbedaan pengetahuan, sikap sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media teka-teki silang dan video animasi.

3.9.2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk menguji ada tidaknya hubungan edukasi gizi menggunakan media tetka-teki silang dan video animasi dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi terhadap siswa SDN 101778 Percut Sei Tuan dengan menggunakan statistik uji *Annova* jika distribusi data normal dan jika data berdistribusi tidak normal dilakukan uji *friedmen* untuk melihat pengaruh

pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi terhadap siswa SDN 101778 Percut Sei Tuan pada saat pretest, posttest pertama dan posttest setelah satu minggu dan hasilnya akan dinarasikan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Sekolah Dasar Negeri 101778 Medan Estate terletak di Jalan Masjid Kelurahan Medan Estate Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Provinsi Sumatera Utara. Sekolah ini memiliki akreditasi B dengan tenaga pengajar sebanyak 15 orang rata-rata pendidikan S1 Pendidikan. Aktivitas Sekolah Dasar Negeri 101778 Medan Estate setiap hari senin sampai sabtu dimulai pada pukul 07.15 wib sampai dengan 12.00 wib. Sarana dan prasarana yang terdapat dalam sekolah ini yaitu ruang kelas berjumlah 8 unit ruang kepala sekolah, ruang kantor, perpustakaan, ruang rumah dinas guru, kamar mandi dan lapangan upacara, sekolah ini tidak memiliki ruang UKS dan tidak ada kantin sehingga para siswa banyak yang jajan di penjaja makanan yang berada diluar sekolah karena terdapat aneka jajanan yang bervariasi dan minuman berwarna seperti molen, bakso, burger. Jumlah seluruh siswa di SDN 101778 Medan Estate Kecamatan Percut Sei Tuan pada tahun ajaran 2019/2020 sebanyak 200 siswa yang terdiri dari 98 siswa laki-laki dan 92 siswa perempuan.

4.1.2. Karakteristik Responden

Responden pada penelitian ini terdiri dari siswa kelas IV dan V dengan

jumlah responden sebanyak 60 siswa. Karakteristik responden dibagi atas umur dan jenis kelamin, umur responden pada kelas IV dan V berumur antara 8-11 tahun. Karakteristik responden kelas IV menggunakan media video animasi dan kelas V menggunakan media TTS dapat dilihat pada table berikut ini:

Tabel 4 1. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Umur dan Jenis Kelamin

Umur	Media Edukasi Gizi			
	TTS		Video Animasi	
	N	%	N	%
9 tahun	2	7	5	17
10 tahun	10	33	19	63
11 tahun	18	60	6	20
Total	30	100,0	30	100,0
Jenis Kelamin	Media Edukasi Gizi			
	TTS		Video Animasi	
	N	%	N	%
Laki-laki	13	43,3	20	66
Perempuan	17	56,7	10	34
Total	30	100,0	30	100,0

Berdasarkan Tabel 4.1. menunjukkan bahwa mayoritas responden berumur 10 tahun yaitu sebesar 63% pada kelompok responden dengan media TTS mayoritas pada usia 11 tahun sebanyak 18 siswa (60%). Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa lebih banyak responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 20 siswa (66 %) pada kelompok responden yang menggunakan media video animasi dan menggunakan media TTS sebanyak 13 siswa (70%).

4.1.3. Distribusi Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media TTS

Indikator yang digunakan untuk melihat pengetahuan responden adalah dengan melihat hasil dari keseluruhan pengetahuan tentang sarapan pagi yang tertera pada lembar pertanyaan yang diberikan kepada responden sebelum dan

setelah perlakuan. Adapun distribusi jawaban responden per item pertanyaan dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 4. 2. Distribusi Jawaban Benar Berdasarkan hasil Pretest dan Posttest, Posttest Kedua Pertanyaan Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi

No	Pertanyaan	Pengetahuan					
		<i>Pretest</i>		<i>Posttest 1</i>		<i>Posttest 2</i>	
		n	%	N	%	n	%
1	Pengertian tentang sarapan pagi	22	73	25	83	25	83
2	Manfaat sarapan pagi	19	63	25	83	25	83
3	Dampak tidak sarapan pagi	17	57	25	83	22	73
4	Waktu sarapan pagi	22	73	27	90	27	90
5	Menu sarapan pagi	13	43	27	90	27	90
6	Fungsi karbohidrat	18	60	20	66	22	73
7	Akibat tidak mengkonsumsi buah	14	46	15	50	15	50
8	Sumber protein yaitu	19	63	22	73	22	73
9	Sarapan dilakukan setiap	16	53	19	63	18	60
10	Porsi sarapan	20	66	23	76	22	73

Menggunakan TTS

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa pada sebelum dilakukan edukasi gizi menggunakan media TTS pada siswa kelas V mayoritas responden tidak dapat menjawab pertanyaan semuanya dengan benar, pertanyaan *pretest* yang paling banyak dijawab benar yaitu waktu sarapan dan pengertian sarapan oleh 22 siswa (73%). Untuk pertanyaan paling banyak dijawab salah adalah menu sarapan yaitu oleh 13 siswa (43%), pada *posttest* kedua kalinya pertanyaan yang paling banyak dijawab benar pada waktu sarapan pagi yaitu 27 siswa (90%).

Berdasarkan hasil jawaban kuesioner pada saat *posttest* setelah menggunakan media TTS tentang sarapan pagi, diketahui bahwa ada perbedaan

jumlah responden yang menjawab benar pada saat *pretest*. Jumlah responden yang menjawab benar mengalami peningkatan untuk seluruh pertanyaan, seperti pada pertanyaan mengenai manfaat sarapan pagi terdapat 19 siswa (45,9%) yang menjawab dengan benar pada saat *pretest* menjadi 25 siswa (83%) menjawab benar pada saat *posttest*, begitu juga pertanyaan waktu yang baik saat sarapan yaitu dari 22 (73%) menjadi 27 (90%) siswa dapat menjawab dengan benar, dan pada pertanyaan tentang dampak akibat tidak sarapan pagi yang sebelumnya hanya 17 (56%) siswa dapat menjawab dengan benar meningkat menjadi 25 (83%) siswa yang dapat menjawab dengan benar. Pada saat *posttest* dilakukan kedua kali terdapat peningkatan nilai jawaban seperti pada pertanyaan fungsi karbohidrat pada *posttest* pertama 20 (60%) menjadi 22% menjadi 73 %.

4.1.4. Distribusi Tingkat Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media TTS

Tingkatan pengetahuan sebelum intervensi menggunakan media TTS dapat diukur dengan melakukan penjumlahan pada total nilai pengetahuan yang selanjutnya akan dikategorikan menjadi 3 tingkatan yaitu baik, sedang dan buruk. Untuk informasi yang lebih lengkap dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Menggunakan Media TTS

Pengetahuan	Media TTS					
	Pre Test		Post Test 1		Post Test 2	
	N	%	N	%	N	%
Baik	8	27	18	60	20	67
Sedang	9	30	12	40	10	33
Kurang	13	43	0	0	0	0
Jumlah	30	100	30	100	30	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan responden sebelum

diberikan edukasi gizi menggunakan media TTS diketahui sebanyak 8 siswa (27%) memiliki pengetahuan dalam kategori baik dan pengetahuan sedang sebanyak 9 siswa (30%) sedangkan untuk pengetahuan kurang sebanyak 13 orang (43%). Untuk pengetahuan responden *posttest* pertama menggunakan media TTS diketahui sebanyak 18 siswa (60%) memiliki pengetahuan dalam kategori baik dan pengetahuan sedang sebanyak 12 siswa (40%), *posttest* kedua diketahui sebanyak 12 siswa (40%) memiliki pengetahuan dalam kategori baik dan pengetahuan sedang sebanyak 8 siswa (27%) untuk pengetahuan kurang sebanyak tidak ada.

Dari hasil penelitian menunjukkan pada kelompok menggunakan media TTS bahwa tingkat pengetahuan sedang sebanyak 9 siswa (30%) dan setelah dilakukan intervensi meningkat 12 siswa (40%) walau hanya meningkat sebesar 10 %, sedangkan pengetahuan dalam kategori kurang meningkat sebelumnya 13 siswa (43%) setelah dilakukan intervensi tidak terdapat responden yang memiliki pengetahuan kurang. Pada *posttest* kedua diketahui pengetahuan responden dalam kategori baik bertambah menjadi 20 siswa (67%) sedangkan pada kategori sedang berkurang sebelumnya 12 siswa (40%) menjadi 10 siswa (33%).

4.1.6. Distribusi Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi

Pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui oleh responden tentang sarapan pagi yang diukur dari jawaban pertanyaan yang diberikan ketika sebelum diberikan intervensi dengan media video animasi dan sesudah. Seperti dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. 4. Distribusi Jawaban Benar Berdasarkan hasil Pretest dan

**Posttest dan Posttest Kedua Pertanyaan Pengetahuan Responden
Menggunakan Video Animasi**

No	Pertanyaan	Pengetahuan					
		Pretest		Posttest 1		Posttest 2	
		n	%	N	%	N	%
1	Pengertian tentang sarapan pagi	21	70	26	87	26	87
2	Manfaat sarapan pagi	19	63	27	90	28	93
3	Dampak tidak sarapan pagi	16	53	27	90	28	93
4	Waktu sarapan pagi	19	63	28	93	24	80
5	Menu sarapan pagi	17	57	29	97	28	93
6	Fungsi karbohidrat	19	63	29	97	27	90
7	Akibat tidak mengkonsumsi buah	18	63	27	90	24	80
8	Sumber protein yaitu	19	63	29	97	29	97
9	Sarapan dilakukan setiap	18	60	27	90	24	80
10	Porsi sarapan	21	70	29	97	27	90

Tabel 4.5. menunjukkan bahwa pengetahuan siswa yang menggunakan video animasi sebelum intervensi memiliki jawaban paling banyak benar pada pertanyaan “pengertian sarapan pagi dan porsi sarapan pagi” yaitu 21 siswa (70%), sedangkan pernyataan yang paling banyak dijawab dengan salah adalah “dampak akibat tidak sarapan pagi “ sebanyak 16 siswa (53%) dikarenakan siswa yang tidak peduli terhadap dampak yang terjadi jika tidak sarapan pagi. Pada *posttest* kedua kalinya didapatkan jawaban yang paling banyak benar pada pertanyaan manfaat dan dampak sarapan pagi pada *posttest* pertama 90 % menjadi 93%, dan yang mengalami penurunan padapertanyaan sumber protein pada *posttest* pertama 97% menjadi 77%.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan siswa yang menggunakan video animasi setelah intervensi memiliki jawaban paling banyak benar pada pertanyaan “menu yang baik saat sarapan, porsi sarapan, sumber

protein yaitu sebanyak 29 siswa (97%), sedangkan untuk pertanyaan yang lain dijawab dengan baik dengan nilai rata-rata 90%. Pada saat *posttest* kedua terdapat dua pertanyaan yang kedua dan ketiga meningkat sebelumnya 90% menjadi 93%.

4.1.7. Distribusi Tingkat Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi

Tingkatan pengetahuan sebelum intervensi menggunakan media video animasi dapat diukur dengan melakukan penjumlahan pada total nilai pengetahuan yang selanjutnya akan dikategorikan menjadi 3 tingkatan yaitu baik, sedang dan buruk. Untuk informasi yang lebih lengkap dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi

Pengetahuan	Media Video Animasi					
	Pre Test		Post Test 1		Post Test 2	
	n	%	N	%	N	%
Baik	10	33	30	100	30	100
Sedang	11	37	0	0	0	0
Kurang	9	30	0	0	0	0
Jumlah	30	100	30	100	30	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi gizi menggunakan media video animasi sebanyak 10 siswa (33%) memiliki pengetahuan dalam kategori baik dan pengetahuan sedang sebanyak 11 siswa (37%) sedangkan untuk pengetahuan kurang sebanyak 9 orang (30%). Untuk pengetahuan responden *posttest* pertama dan kedua diketahui semua 30 siswa (100%) memiliki pengetahuan dalam kategori baik. Dari hasil penelitian menunjukkan pada kelompok menggunakan media video animasi bahwa tingkat

pengetahuan sedang dan kurang tidak ada.

4.1.9. Distribusi Sikap Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest, Posttest Kedua Menggunakan Media TTS

Indikator sikap adalah hasil yang diperoleh dari keseluruhan pernyataan pada kuesioner tentang sarapan pagi sebelum dan setelah dilakukan intervensi dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4 6. Distribusi Gambaran Pretest dan Posttest, Posttest Kedua Sikap Responden Menggunakan Media TTS

No	Pertanyaan	Sikap					
		Pretest		Posttest 1		Posttest 2	
		S	%	S	%	S	%
1	Saya akan sarapan pagi	22	73	24	80	24	80
2	Jika sarapan pagi saya akan	22	73	27	90	24	80
3	Saya lebih memilih sarapan	17	56	24	80	23	77
4	Saya akan bangun lebih awal	18	60	26	86	26	86
5	Jika tidak sempat sarapan	15	50	27	90	24	80
6	Menurut saya menu sarapan	14	46	23	77	21	63
7	Saya akan beritahu ibu	13	43	21	70	19	63
8	Menurut saya sumber protein	19	63	23	70	24	80
9	Saya sering melupakan sarapan	12	40	9	30	9	30
10	Sarapan dapat membuat saya mengantuk	10	33	8	27	10	33

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai sikap sebelum dilakukan edukasi gizi menggunakan media TTS pada siswa kelas V mayoritas belum semua pernyataan setuju dijawab dengan benar termasuk pernyataan positif dan negatif pernyataan pretest yang paling banyak dijawab benar yaitu pernyataan sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah dan pernyataan bahwa sarapan dapat

meningkatkan konsentrasi belajar yaitu 22 siswa (73%). Untuk pernyataan paling banyak dijawab salah adalah pernyataan tentang sarapan akan menyebabkan mengantuk di sekolah yaitu 10 orang (33%) dan pernyataan memberitahu ibu untuk menyiapkan sarapan setiap hari oleh 13 siswa (43%), pada *posttest* kedua kalinya terjadi penurunan pada pertanyaan keenam sebelumnya 77% menjadi 63%.

Berdasarkan hasil jawaban kuesioner pada saat *posttest* setelah menggunakan media TTS tentang sarapan pagi, diketahui bahwa ada perbedaan jumlah responden yang menjawab benar pada saat *pretest*. Jumlah responden yang menjawab benar mengalami peningkatan untuk seluruh pertanyaan, seperti pada pernyataan mengenai tindakan sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah terdapat 22 siswa (73%) yang menjawab dengan benar pada saat *pretest* menjadi 27 siswa (90%) menjawab benar pada saat *posttest*, begitu juga pernyataan bangun lebih awal supaya dapat sarapan pagi yaitu dari 18 (60%) menjadi 26 (86%) siswa dapat menjawab dengan benar, dan pada pernyataan membawa bekal jika tidak sempat sarapan di rumah sebelumnya hanya 15 (50%) siswa dapat menjawab dengan benar meningkat menjadi 27 (90%) siswa yang dapat menjawab dengan benar. Pada saat *posttest* kedua kalinya nilai sikap menurun pada pertanyaan keenam sebelumnya 77% menjadi 63%.

4.1.10. Distribusi Sikap Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest Menggunakan Media TTS

Tingkatan sikap sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media TTS dapat diukur dengan melakukan penjumlahan pada total nilai sikap yang selanjutnya akan dikategorikan menjadi 2 tingkatan yaitu baik dan kurang. Untuk

informasi yang lebih lengkap dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4 7. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Tentang

Sikap	Media TTS					
	Pre Test		Post Test 1		Post Test 2	
	N	%	N	%	N	%
Baik	14	47	25	83	21	70
Kurang	6	53	5	17	9	30
Jumlah	30	100	30	100	30	100

Sarapan Pagi Pretest, Posttest dan Potest Kedua Menggunakan Media TTS

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai sikap responden sebelum diberikan edukasi gizi menggunakan media TTS diketahui sebanyak 14 siswa (47%) memiliki pengetahuan dalam kategori baik dan pengetahuan kurang sebanyak 16 siswa (54%). Untuk pengetahuan responden *posttest* pertama diketahui sebanyak 25 siswa (83%) memiliki pengetahuan dalam kategori baik dan pengetahuan kurang sebanyak 5 siswa (16%). Pada *posttest* kedua baik sebanyak 21 siswa (70%), kurang 9 siswa (30%).

Dari hasil penelitian menunjukkan pada kelompok menggunakan media TTS bahwa tingkat sikap kurang sebelum menggunakan media TTS sebanyak 16 siswa (54%) dan setelah dilakukan intervensi pada *posttest* pertama berkurang menjadi 5 siswa (16%), sedangkan pada kategori baik meningkat sebelumnya 14 siswa (47%) menjadi 25 siswa (84%). Pada *posttest* kedua kategori baik menurun sebelumnya 25 siswa (83%) menjadi 21 siswa (70%), kategori kurang meningkat sebelumnya 5 siswa (17%) menjadi 9 siswa (30%).

4.1.12. Distribusi Sikap Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest Menggunakan Media Video Animasi

Indikator sikap adalah hasil yang diperoleh dari keseluruhan pernyataan

pada kuesioner tentang sarapan pagi sebelum dan setelah dilakukan intervensi dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.10 Distribusi Gambaran Pretest dan Posttest Pertama, Kedua Sikap Responden Menggunakan Media Video Animasi

No	Pertanyaan	Sikap					
		Pretest		Posttest 1		Posttest 2	
		S	%	S	%	S	%
1	Saya akan sarapan pagi	24	80	26	87	26	87
2	Jika sarapan pagi saya akan	28	93	28	93	28	93
3	Saya lebih memilih sarapan	28	93	28	90	28	93
4	Saya akan bangun lebih awal	24	80	24	80	24	80
5	Jika tidak sempat sarapan	28	93	28	93	28	93
6	Menurut saya menu sarapan	27	90	27	90	28	93
7	Saya akan beritahu ibu	24	80	24	80	25	83
8	Menurut saya sumber protein	23	77	23	77	20	67
9	Saya sering melupakan sarapan	7	33	7	33	7	33
10	Sarapan dapat membuat saya mengantuk	3	10	3	10	4	13

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai sikap sebelum dilakukan edukasi gizi menggunakan media video animasi pada siswa kelas IV mayoritas memiliki nilai yang baik pada pertanyaan positif dan negatif walaupun belum semua soal dijawab dengan benar pernyataan pretest yang paling banyak dijawab benar yaitu pernyataan jika saya sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah, lebih memilih sarapan, jika tidak sempat sarapan, yaitu 28 siswa (93%) sedangkan pernyataan yang paling banyak dijawab salah yaitu sumber protein dan pernyataan negatif sering melupakan sarapan sebanyak 23 siswa (77%), pada *posttest* kedua kalinya terdapat jawaban yang sama benarnya pada saat dilakukan *posttest*

pertama.

Hasil jawaban kuesioner pada saat *posttest* setelah menggunakan media video animasi tentang sarapan pagi, diketahui bahwa tidak ada perbedaan signifikan jumlah responden yang menjawab benar pada saat *pretest*. Jumlah responden yang menjawab benar sama dengan jawaban saat *pretest* dan yang mengalami kenaikan hanya pada pernyataan pertama yaitu dari 24 (80%) menjadi 26 (86%) siswa dapat menjawab dengan benar, pada saat *posttest* kedua kalinya terdapat jawaban benar menurun pada pertanyaan sumber protein sebelumnya 23 siswa (77%) menjadi 20 siswa (67%).

4.1.13. Distribusi Sikap Tentang Sarapan Pagi Pretest dan Posttest Pertama, Kedua Menggunakan Media Video Animasi

Tingkatan sikap sebelum dan sesudah intervensi menggunakan media video animasi dapat diukur dengan melakukan penjumlahan pada total nilai sikap yang selanjutnya akan dikategorikan menjadi 2 tingkatan yaitu baik dan kurang. Untuk informasi yang lebih lengkap dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4 .8. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi

Sikap	Media Video Animasi					
	Pre Test		Post Test 1		Post Test 2	
	N	%	N	%	N	%
Baik	9	30	16	53	15	50
Kurang	21	70	14	47	15	50
Jumlah	30	100	30	100	30	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai sikap responden sebelum diberikan edukasi gizi menggunakan media video animasi diketahui sebanyak 9 siswa (30%) memiliki pengetahuan dalam kategori baik dan pengetahuan kurang sebanyak 21 siswa (70%). Untuk pengetahuan responden *posttest* pertama

diketahui sebanyak 16 siswa (53%) memiliki pengetahuan dalam kategori baik dan pengetahuan kurang sebanyak 14 siswa (47%) pada posttest kategori baik 15 siswa (50%) kurang 15 siswa (50%).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan pada kelompok menggunakan video animasi bahwa tingkat sikap kategori kurang berkurang pada saat pretest 21 siswa (70%) menjadi 14 siswa (47%), sedangkan pada nilai sikap baik meningkat sebelumnya 9 siswa (30%) menjadi 16 siswa (53%) namun pada saat posttest kedua kalinya kategori baik menurun sebelumnya pada posttest 16 siswa (53%) menjadi 15 siswa (50%), kategori kurang meningkat sebelumnya 14 siswa (47%) menjadi 15 siswa (50%).

4.1.15. Uji Normalitas Pengetahuan dan Sikap Menggunakan Media TTS dan Media Video Animasi

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui data penelitian berdistribusi normal atau tidak dengan menggunakan uji *Saphiro wilk* dan dapat dilihat pada tabel berikut ini

Tabel 4. 9. Tabel Uji Normalitas Pengetahuan dan Sikap Menggunakan Media TTS, Media Video Animasi

Variabel	<i>Shapiro Wilk</i>		
	Sta-tistic	df	Sig.
Pengetahuan pretest media TTS	150	30	002
Pengetahuan posttest media TTS	207	30	000
Pengetahuan posttest kedua media TTS	196	30	043
Pengetahuan pretest media video animasi	153	30	231
Pengetahuan posttest media VA	184	30	000
Pengetahuan posttest kedua media VA	251	30	000
Sikap pretest media TTS	153	30	001

Sikap posttest media TTS	184	30	000
Sikap posttest kedua media TTS	254	30	001
Sikap pretest media VA	275	30	002
Sikap posttest VA	185	30	017
Sikap posttest kedua VA	208	30	002

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa data pada pengetahuan dan sikap menggunakan media TTS dan video animasi tidak berdistribusi normal karena memiliki nilai $p > 0,05$ sehingga analisis bivariat akan dilakukan dengan uji *friedman* untuk melihat pengaruh pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi.

4.1.16. Perbedaan Nilai Pengetahuan Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media TTS

Untuk mengetahui perbedaan pengetahuan responden tentang sarapan pagi menggunakan media TTS dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. 10. Hasil Analisis Perbedaan Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media TTS

Variabel	Nilai rata-rata	<i>p.</i>
Pengetahuan sebelum (<i>Pretest</i>)	1,42	0,00
Pengetahuan setelah (<i>Posttest 1</i>)	2,32	
Pengetahuan setelah kedua (<i>posttest 2</i>)	2,27	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa hasil uji *friedman* menunjukkan ada hubungan antara media TTS dengan pengetahuan tentang sarapan pagi dilihat dari adanya perbedaan pengetahuan yang bermakna pada tiga pengukuran yang dilakukan yaitu *pratest*, *Posttest 1*, dan *Posttest 2* dengan nilai $p (< 0,00)$.

4.1.17. Perbedaan Nilai Pengetahuan Tentang Sarapan Sebelum dan Sesudah

Menggunakan Video Animasi

Untuk mengetahui perbedaan pengetahuan responden tentang sarapan pagi menggunakan media video animasi dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4 .11. Hasil Analisis Perbedaan Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi

Variabel	Nilai rata-rata	<i>p.</i>
Pengetahuan sebelum (<i>Pretest</i>)	2,82	0,00
Pengetahuan setelah (<i>Posttest 1</i>)	1,97	
Pengetahuan setelah (<i>posttest 2</i>)	1,22	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa hasil uji *friedman* menunjukkan terdapat pengaruh pengetahuan tentang sarapan pagi menggunakan media video animasi dilihat dari adanya perbedaan pengetahuan yang bermakna pada tiga pengukuran yang dilakukan yaitu *pratest*, *Posttest 1*, dan *Posttest 2* dengan nilai $p < 0,00$.

4.1.18. Perbedaan Nilai Sikap Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Teka-Teki Silang

Untuk mengetahui pengaruh sikap responden tentang sarapan pagi menggunakan media TTS dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4 12. Hasil Analisis Perbedaan Sikap Responden Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media TTS

Variabel	Nilai rata-rata	<i>p.</i>
Sikap sebelum (<i>Pretest</i>)	1,57	0,09
Sikap setelah (<i>Posttest 1</i>)	2,23	
Sikap setelah (<i>posttest 2</i>)	2,20	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa hasil uji *friedman* menunjukkan tidak ada hubungan menggunakan media teka-teki silang dengan sikap tentang sarapan pagi dilihat dari adanya perbedaan pengetahuan yang

bermakna pada tiga pengukuran yang dilakukan yaitu *pratest*, *Posttest 1*, dan *Posttest 2* dengan nilai $p > 0,09$.

4.1.19. Perbedaan Nilai Sikap Tentang Sarapan Pagi Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi

Untuk mengetahui pengaruh sikap responden tentang sarapan pagi menggunakan media video animasi dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4 13. Hasil Analisis Perbedaan Sikap Responden Sebelum dan Sesudah Menggunakan Media Video Animasi

Variabel	Nilai rata-rata	<i>p</i> .
Sikap sebelum (<i>Pretest</i>)	1,70	0,91
Sikap setelah (<i>Posttest 1</i>)	2,13	
Sikap setelah (<i>posttest 2</i>)	2,17	

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa hasil uji *friedmen* menunjukkan tidak ada hubungan antara media video animasi dengan sikap tentang sarapan pagi dilihat dari adanya perbedaan pengetahuan yang bermakna pada tiga pengukuran yang dilakukan yaitu *pratest*, *Posttest 1*, dan *Posttest 2* dengan nilai $p > 0,91$.

4.2. Pembahasan

4.2.1. Pengaruh Media TTS dan Video Animasi Tentang Sarapan Pagi Terhadap Pengetahuan Siswa SDN 101778 Medan Estate

Berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa pengetahuan responden yaitu siswa SDN 101778 Medan Estate tentang sarapan pagi sebelum menggunakan media TTS diketahui bahwa banyak responden yang memiliki pengetahuan kategori kurang yaitu 13 siswa (43%), pada media video animasi

banyak responden yang memiliki pengetahuan pada kategori sedang yaitu 11 siswa (37%). Hal ini disebabkan karena rendahnya pengetahuan siswa tentang sarapan pagi dengan pertanyaan yang paling banyak dijawab salah adalah pertanyaan dampak akibat tidak sarapan pagi dan manfaat mengkonsumsi buah dan sayur saat sarapan pagi.

Setelah dilakukan intervensi menggunakan media TTS dan video animasi pada saat *posttest* pertama dilakukan kategori baik mengalami peningkatan menjadi 60%, sebelumnya pada media TTS adalah 6,10 dengan skor minimal 2 dan maksimal 9 dan setelah diberikan media TTS maka skor rata-rata pengetahuan responden menjadi 7,93 dengan skor minimal 6 dan maksimal 10 serta setelah diberikan *posttest* yang kedua maka terjadi peningkatan nilai rata-rata pengetahuan menjadi 7,98 dengan skor minimal 7 dan maksimal 10, dengan jawaban yang paling banyak dijawab benar adalah manfaat dan waktu sarapan pagi. Pada media video animasi nilai pengetahuan setelah intervensi meningkat menjadi 100%, sebelumnya 9,37 dengan skor minimal 9 dan maksimal 10 menjadi 9,50 dengan skor minimal 9 dan maksimal 10 setelah diberikan *posttest* yang kedua maka terjadi peningkatan nilai rata-rata pengetahuan menjadi 10,0 dengan skor minimal 10 dan maksimal 10 dengan jawaban yang paling banyak dijawab benar adalah manfaat dan waktu sarapan pagi.

Berdasarkan hasil uji *friedman* menunjukkan ada hubungan antara media TTS dengan pengetahuan tentang sarapan pagi dilihat dari adanya perbedaan pengetahuan yang bermakna pada tiga pengukuran yang dilakukan yaitu *pretest*, *Posttest 1*, dan *Posttest 2* dengan nilai $p (<0,00)$. Sedangkan pada media video animasi menunjukkan ada hubungan antara media video animasi dengan

pengetahuan tentang sarapan pagi dilihat dari adanya perbedaan pengetahuan yang bermakna pada tiga pengukuran yang dilakukan yaitu *pratest*, *Posttest 1*, dan *Posttest 2* dengan nilai $p (<0,00)$.

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Setiawan (2019) bahwa pembelajaran dengan menggunakan teka-teki silang pada siswa berlangsung dengan semangat dan ternyata peningkatan hasil belajar siswa pada kelompok eksperimen lebih baik yaitu sebesar 80% dari pada kelompok kontrol. Media teka-teki silang dapat digunakan untuk membantu proses belajar mengajar dengan cara menarik minat belajar siswa sehingga pembelajaran dapat menjadi lebih menyenangkan dan berjalan kondusif, selain itu media teka-teki silang dapat melatih konsentrasi pada siswa, dengan begitu siswa akan memiliki daya ingat Panjang terhadap suatu materi pembelajaran.

Berdasarkan hasil penelitian Rahmayanti (2018) menunjukkan bahwa media video animasi berpengaruh positif terhadap hasil belajar siswa dengan rata-rata nilai posttest kelas eksperimen sebesar 90 dengan persentase ketuntasan 96,5% hal ini menunjukkan bahwa media pembelajaran seperti video animasi sangat mempengaruhi hasil belajar siswa dan dapat dijadikan solusi membantu guru dalam proses pembelajaran dengan tayangan materi yang ditampilkan dalam video animasi siswa lebih untuk memperhatikan materi yang disampaikan dan pada saat diminta untuk menjelaskan ulang isi materi yang telah disampaikan melalui video animasi siswa mampu menjawabnya lebih tenang dan baik.

Oleh karena itu agama Islam menganjurkan untuk menyampaikan informasi yang benar tentang sesuatu, agama islam tidak hanya menganjurkan umatnya berkomunikasi sesuai dengan kemampuan seseorang tetapi juga berada pada

kebenarannya. Seperti pada ayat Alqur'an Surah Al-Isra Ayat 36 :

وَلَا تَقْفُ مَا لَيْسَ لَكَ بِهِ عِلْمٌ إِنَّ السَّمْعَ وَالْبَصَرَ وَالْفُؤَادَ كُلُّ أُولَٰئِكَ كَانَ عَنْهُ مَسْئُولًا

Artinya : Dan janganlah kamu mengikuti apa yang kamu mengikuti apa yang tidak mempunyai pengetahuan tentangnya. Sesungguhnya pendengaran, penglihatan, dan hati, semuanya itu akan diminta pertanggung jawabnya.

Menurut Tafsir Al-Madinah maksud dari ayat diatas adalah janganlah kamu tidak mengikuti apa yang kamu tidak mempunyai pengetahuan tentangnya, maksudnya adalah jika kita berbicara kepada manusia dengan pembicaraan yang tidak dipahami oleh akal-akal mereka dan belum sampai pemahaman mereka, maka tentunya bukannya diterima, justru mereka akan menolak perkataan kita. Inilah dasar yang membuat kita semakin tahu bahwa kita menyampaikan ilmu kepada orang, maka kita harus melihat tingkat pemahaman mereka. Kemudian ketika kita berbicara juga harus melihat kedudukan orang tersebut, tidak bisa disamakan jika kita menyamakan pembicaraan kepada seluruh manusia tanpa melihat perbedaan yang ada pada mereka, maka ini sesuatu kekeliruan.

Penelitian ini memberikan konseptual pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi kepada siswa SDN 101778 Medan Estate secara sederhana menggunakan media teka-teki silang dan video animasi agar dapat mempermudah pemahaman dan cara berfikir siswa dengan situasi yang tidak menjemukan dalam bentuk permainan yang dapat melatih otak dan sesuai dengan kemampuan siswa dalam berfikir. Media pembelajaran interaktif berupa TTS dan video animasi digunakan untuk mengenalkan pentingnya pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi dengan tujuan preventif edukasi gizi. Sasaran media pembelajaran ini adalah

siswa yang terkait materi khususnya persoalan gizi tentang sarapan pagi yang memenuhi kriteria tepat, berguna, dan menarik sehingga layak untuk digunakan. Selain itu Akal juga digunakan untuk memperhatikan dan menganalisis sesuatu guna mengetahui pengetahuan yang diperoleh kesimpulan ilmiah dan hikmah yang dapat ditarik dari analisis tersebut, berupa kerja akal dan sikap yang membuahkan ilmu pengetahuan sekaligus perolehan hikmah yang mengantar pemiliknya mengetahui dan mengamalkan apa yang diketahuinya. Ini dinamai *al'aql al-mudrik*, yakni akal penjangkau (pengetahuan).

4.2.2. Pengaruh Media TTS dan Video Animasi Tentang Sarapan Pagi Terhadap Sikap Siswa SDN 101778 Medan Estate

Berdasarkan hasil uji statistik diketahui bahwa sikap responden yaitu siswa SDN 101778 Medan Estate tentang sarapan pagi sebelum menggunakan media TTS diketahui banyak responden yang memiliki sikap kategori kurang yaitu 16 siswa (54%). Pada media video animasi banyak responden yang memiliki sikap pada kategori kurang yaitu 21 siswa (70%). Hal ini disebabkan karena kurangnya sikap siswa tentang sarapan pagi dengan pernyataan yang paling banyak dijawab salah adalah pernyataan akan memberitahu ibu untuk menyiapkan sarapan pagi dan sikap mengenai sumber protein.

Setelah dilakukan intervensi masing-masing mengalami peningkatan dengan menggunakan media TTS dan video animasi, pada saat *posttest* TTS pertama kategori baik 47% dengan nilai 6,07 skor minimal 1 dan maksimal 10 dan setelah diberikan *posttest* pertama kategori baik meningkat menjadi 83% dengan skor rata-rata sikap responden menjadi 7,93 dengan skor minimal 4 dan maksimal 10 serta setelah diberikan *posttest* yang kedua maka terjadi penurunan

kategori baik menjadi 70% dengan nilai rata-rata sikap menjadi 7,87 dengan skor minimal 5 dan maksimal 9 dengan jawaban yang paling banyak dijawab salah adalah pernyataan memilih sarapan pagi dan memberitahu ibu untuk menyiapkan sarapan pagi. Pada media video animasi nilai sikap kategori baik setelah intervensi meningkat menjadi 53% dengan nilai 7,00 skor minimal 4 dan maksimal 9 setelah diberikan *posttest* yang kedua terjadi peningkatan kategori baik menjadi 53% namun pada *posttest* kedua terjadi penurunan kategori baik menjadi 47% dengan nilai 7,98 skor min 5 maks 10 dengan jawaban paling banyak dijawab salah adalah pernyataan bangun lebih awal untuk sarapan pagi dan sikap memilih menu sumber protein.

Berdasarkan hasil uji *friedman* menunjukkan tidak ada hubungan antara media TTS dan video animasi dengan sikap tentang sarapan pagi, pada media TTS dilihat dari adanya perbedaan pengetahuan yang bermakna pada tiga pengukuran yang dilakukan yaitu *pratest*, *Posttest 1*, dan *Posttest 2* dengan nilai $p > 0,09$. Sedangkan pada media video animasi menunjukkan ada hubungan antara media video animasi dengan pengetahuan tentang sarapan pagi dilihat dari adanya perbedaan pengetahuan yang bermakna pada tiga pengukuran yang dilakukan yaitu *pratest*, *Posttest 1*, dan *Posttest 2* dengan nilai $p > 0,09$.

Mendidik anak adalah kewajiban bagi setiap orangtua terutama mendidik dalam hal kebaikan, agar mampu memberikan dorongan motivasi kepada anak pemberian hadiah (reward) dan pemberian hukuman (punishment) menjadi sangat penting. Untuk mendidik anak, hukuman hanyalah salah satu alat atau cara. Orang tua atau pendidik dapat menggunakan cara lain dalam mendidik anak, misalnya memberikan teladan, memberikan hadiah atau pujian terhadap tindakan yang baik,

serta menciptakan situasi dan kondisi yang tanpa disadari mengarahkan anak untuk melakukan sesuatu yang baik.

Dari Abu Daud dan al-Hakim meriwayatkan dari Amr bin Syu' aib dari ayahnya, dari kakeknya, bahwa Rasulullah saw bersabda :

مروا أولادكم بالصلاة وهم أبناء سبع سنين، واضربوهم عليها وهم أبناء عشر، وفرقوا بينهم في المضاجع

Artinya : “suruhlah anak-anakmu melakukan shalat sejak usia tujuh tahun dan pukullah mereka jika tidak mau sholat di usia sepuluh tahun, serta pisahkan tempat tidur mereka.” (HR. Dawud).

Berdasarkan ayat di atas menunjukkan bahwa orang tua boleh saja memberikan hukuman kepada anaknya, sebagai alat pendidikan dan sifatnya edukatif. Ketika seorang anak tidak mau sarapan pagi dengan gizi seimbang sebelum berangkat ke sekolah sebaiknya orangtua tidak melakukan hukuman secara fisik namun dengan berbagai cara dengan menasehati anak dengan menjelaskan manfaat sarapan, akibat buruk jika tidak sarapan. Membuat anak merasa nyaman saat sarapan tidak merasa terpaksa, memberikan contoh sarapan yang baik dan menyajikan sarapan yang dapat menambah nafsu makan anak. Jika sudah diberi nasihat namun belum berhasil orangtua dapat mengabaikan anak dengan tidak mengantarkannya sekolah, tidak memberikan uang jajan, tidak membantu mengerjakan PR dan jika belum berhasil juga maka orangtua bisa menghukum dengan pukulan namun jangan melukai anak terlalu keras dan menyakitkan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

1. Terdapat perbedaan pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi pada siswa SDN 101778 Medan Estate sebelum menggunakan media TTS dan video animasi
2. Terdapat perbedaan antara pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi pada siswa SDN 101778 Medan Estate setelah menggunakan media TTS

dan video animasi

3. Terdapat perbedaan antara pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi pada siswa SDN 101778 Medan Estate setelah satu minggu dilakukan intervensi menggunakan media TTS dan video animasi
4. Media TTS dan video animasi berpengaruh terhadap pengetahuan tentang sarapan pagi pada siswa SDN 101778 Medan Estate
5. Media TTS dan video animasi tidak berpengaruh terhadap sikap tentang sarapan pagi pada siswa SDN 101778 Medan Estate.

Pada penelitian diatas telah memberikan kesimpulan bahwa pentingnya pengetahuan tentang sarapan pagi yang sesuai dengan diajarkan agama Islam dan beberapa teori tentang sarapan pagi akan sangat berpengaruh pada sikap seseorang dalam meningkatkan status gizi seseorang.

5.2. Saran

1. Kepada pihak Puskesmas bekerja sama dengan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dapat menggunakan media TTS dan video animasi sebagai media komunikasi gizi dalam kegiatan pendidikan maupun penyuluhan kesehatan tentang sarapan pagi untuk merubah perilaku siswa sekolah dasar dalam mengonsumsi sarapan sehat sebelum beraktifitas di pagi hari.
2. Kepada pihak sekolah dapat menggunakan media TTS dan video animasi sebagai salah satu bahan pembelajaran untuk memberikan pengetahuan kepada siswa sekolah dasar tentang pentingnya sarapan sehat setiap pagi.
3. Kepada orangtua untuk lebih memperhatikan dan menyiapkan sarapan yang sehat dan bergizi bagi anak setiap pagi agar dapat membantu

perkembangan dan pertumbuhan anak sehingga dapat berprestasi di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Khomsan, A. (2004). Pangan dan Gizi Untuk Kesehatan, Jakarta: Gramedia Widiasara
- Khomsan, A. (2004). Peranan Pangan Untuk Kualitas, Hidup, Jakarta: Gramedia Widiasara
- Hartoyo, (2015). Sarapan dan Produktivitas, Malang : Universitas Brawijaya Press
- Arsyad. A (2011). *Media Pembelajaran*, Jakarta: PT Grafindo Persada
- Adriani, M. dan Wirjatmadi, B., (2012). Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan. Kencana. Jakarta.
- Andriani. (2017). Sarapan Pagi dan Produktivitas, Malang : Universitas Brawijaya Press
- Arsyad (2011). *Media Pembelajaran*, PT Grafindo Persada Jakarta

- Daryanto (2010). *Media dan Teknik Pembelajaran bagi Siswa Sekolah Dasar*, PT Gaya Media Yogyakarta
- Notoadmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*, PT Rineka Cipta Jakarta
- Notoadmodjo, (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*, PT Rineka Jakarta
- Notoadmodjo, (2011). *Promosi Kesehatan Masyarakat*, PT Rineka Jakarta
- Kemenkes (2016). *Visi Misi Indonesia Sehat 2025* Departmen Kementrian Kesehatan, Jakarta
- Damayanti. (2017). *Kualitas Gizi Pada Anak Usia Sekolah Dasar*, Jurnal Kesehatan Gizi
- Dwi.I (2018). *Indeks Pembangunan Kesehatan Masyarakat*, Badan Pengerbangan Kesehatan, Jakarta
- Damayanti. (2017). *Kualitas Gizi Pada Anak Usia Sekolah Dasar*, Jurnal Kesehatan Gizi
- Kesehatan Masyarakat G, (2017) *Kebutuhan Gizi Pada Usia Dini* PT Cahaya Cipta Karya Jakarta
- Departemen Gizi (2018). *Gizi dan Kesehatan Anak Usia Sekolah*, Kemenkes RI, Jakarta
- Sri, A (2010). *Media Pembelajaran Pada Anak Usia Sekolah Dasar*, Yuma Pustaka Jakarta
- Siregar, P. A. (2020). *Aktivitas Fisik, Konsumsi Makanan Asin dan Kejadian Hipertensi Masyarakat Pesisir Kota Medan*. Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA), 2(1), 1–8.
- Manullang, R. M. A. (2015). *Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Pola Konsumsi Buah dan Sayur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Angkatan 2014 di Medan Tahun 2015*. Universitas Sumatera Utara, Medan
- Persagi. (2003). *Angka Kecukupan Gizi Pada Anak Usia Sekolah Dasar*, diakses 20 November
- Anjar. (2017). *Kebiasaan Sarapan Dengan Konsentrasi Belajar Anak Kelas V-VI SDN Manduro Kabuh Stikes Insan Cendekia Jombang : Skripsi*
- Damayanti. (2017). *Kualitas Gizi Pada Anak Usia Sekolah Dasar*, Jurnal Kesehatan Gizi
- Putri D. (2016). *Pengaruh Kampanye Sarapan Pagi Sehat dengan Media Komik Terhadap Perubahan Perilaku Sarapan Pagi Siswa SD 060880, USU Medan: Skripsi*
- Hanifah. (2015). *Penggunaan Media TTS Untuk Meningkatkan Kosa Kata Bahasa Arab Siswa, UIN Maulana Malang: Skripsi*.

- Indriana P. (2017). Efektifitas Penggunaan Media Video Animasi Dalam Proses Pembelajaran, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Skripsi.
- Ghiffary. (2019). Keefektifan Games Kuis TTS Pintar Sebagai Media Pembelajaran Mata Pelajaran IPA Terpadu di SMP Islam Cahaya Insani Semarang, Universitas Negeri Semarang: Skripsi
- Riyanti. (2015). Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Pada Pelajaran Matematika Menggunakan Inquiry Training Kelas IV SDN 101780 Percut Sei Tuan, Universitas Negeri Medan: Skripsi
- Putri Dyanika. (2017). Pengaruh Kampanye Sarapan Pagi Sehat dengan Media Komik Terhadap Perubahan Perilaku Sarapan Pagi Siswa SD Negeri 060880 Kecamatan Medan Polonia Tahun 2016, Skripsi
- Haryawan. (2017). Pengaruh Kampanye Sarapan Pagi Sehat dengan Media TTS Terhadap Perubahan Perilaku Sarapan Pagi Siswa SD Negeri 116463 Tahun 2016, Skripsi
- Setyawan. (2017). Pengaruh Kampanye Sarapan Pagi Sehat dengan Media Video Animasi Terhadap Perubahan Perilaku Sarapan Pagi Siswa Tahun 2018, Skripsi
- Surya. (2017). Pengaruh Media Dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Pasien TBC, Tesis
- Dewi (2018). Pengetahuan dan sikap masyarakat dalam melakukan pengendalian nyamuk Aedes Aegypti, kegiatan Pemberantasan Sarang Nyamuk dan keberadaan jentik sebelum diberikan pelatihan, Tesis
- Helvetia.(2017) Pengetahuan dan sikap setelah penyuluhan dengan media leaflet dan media kartu bergambar, Tesis
- Nyoman. (2019).Pengetahuan Responden Tentang Penyakit Diabetes Mellitus, Tesis
- Purba. (2017). Pengaruh Penggunaan Media Puzzle Terhadap Peningkatan Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 Tahun TK LPM Raman Endra Lampung, Universitas Lampung: Skripsi
- Republik Indonesia. (2017). Riset Kesehatan Dasar Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara.
- Profil SDN (2018) Profil SDN 101780 Percut Sei Tuan, Provinsi Sumatera Utara: Kemendikbud.
- Republik Indonesia. (2018). Riset Kesehatan Dasar Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
- BPS. (2018). Demografi, Jumlah Kependudukan, Kecamatan Percut Sei Tuan

BPS dalam angka.

BPS. (2019). Sosial dan Kesejahteraan Rakyat Deli Serdang

Dinkes (2018) Data Kebiasaan sarapan pagi pada anak usia sekolah di Sumatera Utara

Damayanti (2017) Sarapan Meningkatkan Prestasi Belajar Pada Anak Usia Sekolah,

Permenkes (2015) Pencegahan Masalah Gizi Anak di Indonesia, Jakar Permenkes, 2019. Angka Kecukupan Gizi Perhari, Jakarta: PMK No 28 tahun 2019.

WHO (2015) Pengertian Anak Usia Sekolah, s.l.: World Health Organization.

Al-Afkar (2015) Jurnal Kesehatan Gizi Pada Anak Usia Sekolah Dasar Preventif Vol III No 12015

Pena Ilmiah (2017) Kebiasaan sarapan pagi pada anak usia sekolah di Sumatera Utara

Teknis (2018) Pengaruh Sarapan Pagi Dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar

Gulsyani Mahdi (2018) *Filsafat Sains Menurut al-Qur''an*, Mizan, Bandung, 1988. Bin Musa, Abu Yahya Marwan, *Tafsir Hidayatul Insan*, Jilid 2

Bukhari *Al Jami'' Al Shokih Al Bukhari*, Bairut : Dar Al Kutub Al Ilmiyah, 2000

Referensi: <https://tafsirweb.com/11010-quran>

Syahid Hidayatullah (2018) Kitab Bukhori Berbicara sesuai dengan kemampuan manusia

Tafir Al-Madinah (2018) Kitab Bukhori Berbicara sesuai dengan pengetahuan manusia

Al-Hakim (2018) agama Islam mendidik anak adalah kewajiban bagi setiap orangtua

Sartika (2015). Penerapan KIE Gizi Terhadap Prilaku Sarapan Siswa SD. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional, Volume 7, p. 2.

Demitri (2015) Peningkatan Pengetahuan Gizi Melalui Permainan Jurnal Gizi Semarang, Indonesia

Damayanti (2017) Peningkatan Pengetahuan Gizi Sarapan Meningkatkan Prestasi Belajar Pada Anak Usia Sekolah

Hardinsyah (2016) Jenis Pangan Sarapan dan Perannya Dalam Asupan Gizi Harian Anak 6-12 Tahun di Indonesia, Bogor

Muniroh L (2017) Kebiasaan Sarapan Berhubungan Dengan Konsentrasi Belajar SDN Sukoharjo 1 Malang. Media Gizi Indonesia, I(11), pp. 94-100

- Sari (2018) Pengaruh Penggunaan Media Puzzle Terhadap Peningkatan Perkembangan. Volume III
- Sekartini, R, (2018) Status Gizi dan Pertumbuhan Anak di Indonesia, Bandung, kompas.com
- Setyawan, RI (2019) Pengaruh Media TTS Terhadap Hasil Belajar IPS Siswa Kelas IV SDN II Surabaya. PGSD HP Universitas Negeri Surabaya, 7(1), pp. 2539-2548.
- Sine (2018) Perilaku Sarapan Pagi Kaitannya dengan Status Gizi dan Anemia Pada Anak Usia Sekolah Dasar. Jurnal Gizi Indonesia, Volume 7, p. 1.
- Ayuningsih (2017) Pengaruh Penggunaan Media Video Animasi Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas X MIPA SMAN8 Jambi. JICTE.
- Diniyanti (2015) Peningkatan Pengetahuan Gizi Melalui Permainan Karakteristik Fisik Anak Usia Sekolah.
- Furoidah (2017) Pengaruh Penggunaan Media Video Animasi Terhadap Hasil Belajar Siswa. Repository UNEJ, 15
- Gumelar O. (2015) Pengaruh Penggunaan Media TTS Bergambar Terhadap Penguasaan Kosakata Peserta Didik Tunarungu Kelas IV. 1(4), pp. 289-295.
- Muslimin, M.A, (2017). Pengaruh Penggunaan Media Video Animasi Terhadap Hasil Belajar Pendidikan PKN kelas II SD. E- Jurnal Prodi Teknologi Pendidikan, VI(1), pp. 26-34.
- Rahmayanti (2018) Pengaruh Penggunaan Media Video Animasi Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas V SDN SIDOARJO. JPGSD, 6(4), pp. 429-439.
- Sulfansyah (2019) Pengaruh Penerapan Metode TTS Terhadap Hasil Belajar Murid Kelas III SDN 151 Soppeng. Jurnal Kajian Pendidikan Dasar, 4(1), pp. 644-655.
- Abrori (2018) Peningkatan Pengetahuan Gizi Penerapan KIE Gizi sebagai Media Pembelajaran,
- Ahmad (2017) Pentingnya Sarapan Pagi Bagi Anak Usia Sekolah Dasar Jurnal Gizi Indonesia
- Anna (2019) Meningkatkan dan Membiasakan Sarapan Pagi Pada Anak Jakarta: kompas.com.
- Hardinsyah (2016) Sarapan Sehat Adalah Salah Satu Pilar Gizi Seimbang, Jakarta, Indonesia
- Nestle (2017) Peningkatan Pengetahuan Gizi dan Pentingnya Sarapan Bergizi, Jakarta: Nestle.
- Supriasa, 2016. Kebutuhan Gizi Anak Usia Sekolah, s.l.: IPB Repository.

Lampiran 1: Kuesioner Penelitian**KUESIONER**

No Kuesioner :.....

Tanggal :.....

A. Identitas Responden

1. Nama Responden :.....

2. Kelas/Umur :.....

5.	Sarapan harus terdiri dari nasi sebagai karbohidrat, lauk sebagai protein, sayur dan buah sebagai sumber vitamin serta air Mineral		
----	--	--	--

B. PENGETAHUAN

NO.	PERTANYAAN	YA	TIDAK
1.	Menurut saya sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan setiap pagi bertujuan meningkatkan energi bagi tubuh		
2.	Sarapan akan meningkatkan konsentrasi sampai siang hari sehingga fokus menghadapi pelajaran dan ujian dikelas		
3.	Jika tidak sarapan tubuh saya akan merasa lemas, tidak bersemangat sehingga mudah terkena penyakit		
4.	Sarapan yang baik dimulai pada pukul 06.00 sampai 09.00 pagi		

Petunjuk :

Dibawah ini ada pertanyaan pengetahuan tentang sarapan pagi berilah tanda (X) pada jawaban yang paling sesuai dan dianggap benar, jawaban tidak harus sama dengan orang lain karena setiap orang mempunyai kebebasan menjawab.

Pilihan Jawaban YA dan Tidak

6.	Karbohidrat berfungsi sebagai sumber energi utama bagi tubuh sehingga tubuh kuat menghadapi aktivitas di pagi hari		
7.	Kurang mengkonsumsi buah akan membuat penglihatan pada mata berkurang (rabun)		
8.	Ikan, tahu, tempe, telur merupakan sumber protein bagi tubuh.		
9.	Sarapan dilakukan setiap setengah jam setelah bangun tidur		
10.	Sarapan sesuai dengan porsi isi piringku yaitu setengah piring nasi, setengah piring sayur sepertiga buah dan satu potong lauk serta satu gelas air minum		

C. ALAT UKUR SIKAP

Petunjuk :

Berilah tanda silang pada pernyataan sikap tentang sarapan pagi di bawah ini yang paling sesuai dan dianggap benar, jawaban tidak harus sama dengan orang lain karena setiap orang mempunyai kebebasan menjawab.

Pilihan Jawaban S : SETUJU dan TS : TIDAK SETUJU

NO.	PERTANYAAN	S	TS
1.	Saya akan sarapan setiap pagi sebelum berangkat ke sekolah		
2.	Jika saya sarapan, saya akan berkonsentrasi belajar juga meningkatkan daya tahan tubuh saya		
3.	Saya lebih memilih sarapan daripada jajan disekolah		

4.	Saya akan bangun lebih awal sehingga saya bisa sarapan pagi sebelum berangkat ke sekolah		
5.	Jika tidak sempat sarapan dirumah saya akan membawa bekal ke sekolah		
6.	Menurut saya menu sarapan yang baik untuk sarapan adalah nasi,sayur,lauk,buah dan air, menu yang sehat, lengkap dan seimbang.		
7.	Saya akan memberitahu ibu pada malam hari untuk menyiapkan sarapan di pagi harinya.		
8.	Ikan, tahu, tempe, telur merupakan sumber protein bagi tubuh.		
9.	Saya sering sekali melupakan sarapan pagi karena tidak sempat dan malas untuk sarapan		
10.	Sarapan dapat membuat saya mengantuk di pagi hari sehingga malas untuk belajar.		

Lampiran 2 : Satuan Acara Penyuluhan

SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP) EDUKASI GIZI DI SD NEGERI 101778 MEDAN ESTATE PENYULUHAN EDUKASI GIZI TENTANG SARAPAN PAGI

Cabang Ilmu	: Kesehatan Masyarakat
Topik	: Tentang Sarapan Pagi
Waktu	: 100 menit
Tempat	: SD Negeri 101778 Medan Estate
Sasaran	: Anak Sekolah Dasar Kelas IV dan V
Metode	: Permainan dan Video
Media	: Teka-Teki Silang dan Video Animasi
Materi	: Terlampir
Pemateri	: Maharani Pohan untuk Teka-Teki Silang Rahma Nur Azizah untuk Video Animasi
Tujuan Umum	: Setelah mengikuti penyuluhan ini diharapkan siswa sekolah dasar mengetahui pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi

Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan ini diharapkan anak-anak akan mampu :

1. Mengetahui pengertian sarapan pagi
2. Mengetahui manfaat sarapan pagi
3. Mengetahui dampak akibat tidak sarapan pagi
4. Mengetahui makanan bergizi yang baik dikonsumsi saat sarapan pagi
5. Mengetahui porsi makanan yang sebaiknya dikonsumsi saat sarapan pagi
6. Mengetahui fungsi zat gizi makanan yang diperlukan bagi tubuh

**SATUAN ACARA PENYULUHAN (SAP) SEMINGGU SETELAH
EDUKASI GIZI DI SD NEGERI 101778 MEDAN ESTATE PENYULUHAN
EDUKASI GIZI TENTANG SARAPAN PAGI**

Cabang Ilmu	: Kesehatan Masyarakat
Topik	: Tentang Sarapan Pagi
Waktu	: 100 menit
Tempat	: SD Negeri 101778 Medan Estate
Sasaran	: Anak Sekolah Dasar Kelas IV dan V
Metode	: Permainan dan Video
Media	: Teka-Teki Silang dan Video Animasi
Materi	: Terlampir
Pemateri	: Maharani Pohan untuk Teka-Teki Silang Rahma Nur Azizah untuk Video Animasi
Tujuan Umum	: Setelah mengikuti penyuluhan ini diharapkan siswa sekolah dasar mengetahui pengetahuan dan sikap tentang sarapan pagi

Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan ini diharapkan anak-anak akan mampu :

1. Mengetahui pengertian sarapan pagi
2. Mengetahui manfaat sarapan pagi
3. Mengetahui dampak akibat tidak sarapan pagi
4. Mengetahui makanan bergizi yang baik dikonsumsi saat sarapan pagi
5. Mengetahui porsi makanan yang sebaiknya dikonsumsi saat sarapan pagi
6. Mengetahui fungsi zat gizi makanan yang diperlukan bagi tubuh

Lampiran 3 Formulir Informed Consent

FORMULIR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN (INFORMED

CONSENT)

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN

SURAT PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Umur :

Kelas :

Setelah mendapatkan keterangan secukupnya dari manfaat penelitian ini yang berjudul :

**PENGARUH MEDIA TEKA-TEKI SILANG DAN VIDEO ANIMASI
TENTANG SARAPAN PAGI TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP
SISWA SDN 101778 MEDAN ESTATE TAHUN 2020**

Dengan sukarela menyetujui dan diikut sertakan dalam penelitian ini dengan catatan bila suatu waktu merasakan dirugikan dalam bentuk apapun, berhak membatalkan persetujuan ini serta berhak untuk mengundurkan diri.

Medan, Juni 2020

Mengetahui

Penanggung Jawab

Yang Menyetujui

Maharani Pohan

Peserta

Lampiran 4. Daftar Kegiatan Edukasi Gizi Menggunakan Media TTS SDN 101778 Medan Estate

NO	Waktu	Tahap	Kegiatan	Alat dan Bahan	Penanggung Jawab
1.	09.00-09.10 WIB	Pendahuluan	Memberikan salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan Tujuan	-	Maharani Pohan
2.	09.15- 09.45 WIB	Melakukan Pre Test	Memberikan soal Tentang sarapan Pagi	Pensil, penghapus, soal	Maharani Pohan
3.	09.50-10.20 WIB	Penyajian	Memberikan media teka-teki silang dan memberikan waktu siswa untuk menjawab	Media TTS, pensil, penghapus	Maharani Pohan
4.	10.25-10.35 WIB	Istirahat	Istirahat	-	Maharani Pohan
5.	10.40-11.00 WIB	Melakukan Posttest	Memberikan soal Tentang sarapan Pagi	Pensil, penghapus, soal	Maharani Pohan

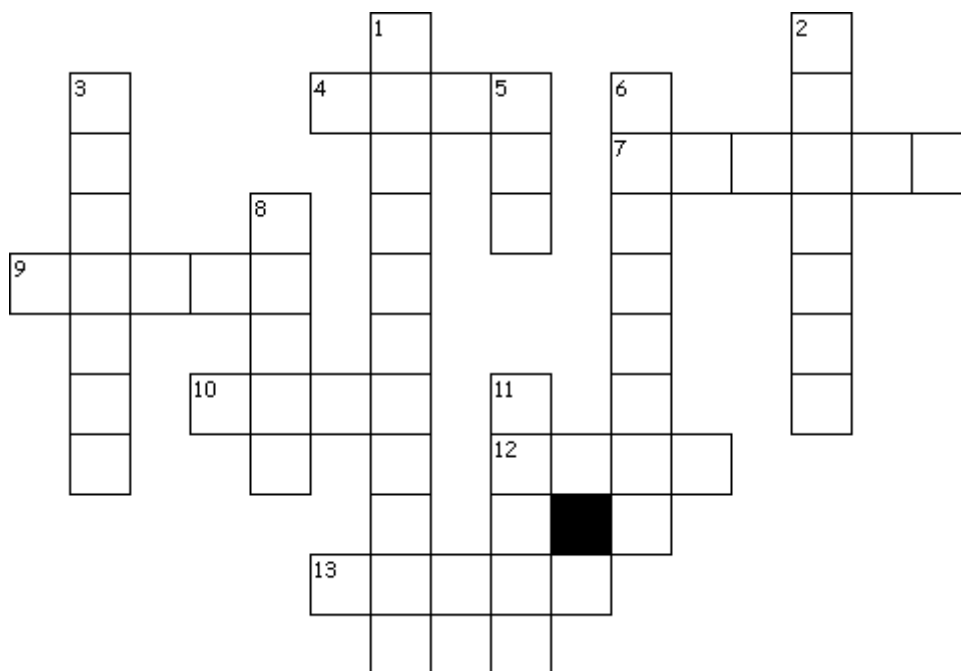
6.	11.00-11.20 WIB	Penutup	Tanya jawab tentang materi yang kurang dimengerti	Pensil, soal	Maharani Pohan
----	--------------------	---------	--	--------------	----------------

**Lampiran 5. Kegiatan Edukasi Gizi Menggunakan Media Video Animasi
SDN 101778 Medan Estate**

NO	Waktu	Tahap	Kegiatan	Alat dan Bahan	Penanggung Jawab
1.	09.00-09.10 WIB	Pendahuluan	Memberikan salam, memperkenalkan diri dan menjelaskan Tujuan	-	Rahma Nur Azizah
2.	09.15- 09.45 WIB	Melakukan Pre Test	Memberikan soal Tentang sarapan Pagi	Pensil, penghapus, soal	Rahma Nur Azizah
3.	09.50-10.20 WIB	Penyajian	Menayangkan video animasi dan memberikan waktu siswa untuk memperhatikan	Video animasi	Rahma Nur Azizah
4.	10.25-10.45 WIB	Melakukan Post Test	Memberikan soal Tentang sarapan Pagi	Pensil, penghapus, soal	Rahma Nur Azizah

5.	10.50-11.20	Penutup	Tanya jawab tentang materi yang kurang dimengerti	Alat tulis, soal	Rahma Nur Azizah
----	-------------	---------	---	------------------	------------------

Lampiran 6. TTS Tentang Sarapan Pagi



Menurun :

1. makanan pokok bagi tubuh berfungsi sebagai sumber tenaga yaitu
2. air merupakan sumber yang berasal dari
5. seseorang yang memasak dan menyiapkan sarapan di pagi hari
6. sarapan sebaiknya dilakukan.....jam setelah bangun tidur

- 8. jika tidak sarapan tubuh akan merasa
- 11. jika saya tidak sempat sarapan dirumah saya akan membawa ke sekolah

Mendatar

- 4. waktu yang tepat dilakukan ketika sarapan adalah di.....hari
- 7. sarapan juga dapat membangkitkan semangat dan.....dalam tubuh
- 9. salah satu makanan yang bersumber protein untuk kecerdasan otak adalah
- 10.makanan yang merupakan sumber karbohidrat, sumber tenaga bagi tubuh
- 12.sarapan dimulai dari jam. sampai jam 09.00 pagi
- 13. contoh sayuran yang enak dan berfungsi sebagai daya tahan tubuh

Lampiran 7. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA UNIVERSITAS ISLAM
NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
Jl. Willem Iskandar Pasar V Medan Estate 20371 Telp.
(061) 6615683-6622925 Fax. 6615683

Nomor : B.730/Un.11/KM.1/PP.00.9/06/2020

20 Juni 2020

Lampiran : -

Hal : Izin Riset

Yth. Bapak/Ibu Kepala SDN 101778 Medan Estate Kec. Percut Sei Tuan

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan Hormat, diberitahukan bahwa untuk mencapai gelar Sarjana Strata Satu (S1) bagi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat adalah menyusun Skripsi (Karya Ilmiah), kami tugaskan mahasiswa:

Nama	: Maharani Pohan
NIM	: 0801163155
Program Studi	: Ilmu Kesehatan Masyarakat
Semester	: VIII (Delapan)

untuk hal dimaksud kami mohon memberikan Izin dan bantuannya terhadap pelaksanaan Riset di SDN 101778 Percut Sei Tuan, guna memperoleh informasi/keterangan dan data-data yang berhubungan dengan Skripsi yang berjudul:

Pengaruh Media Teka-Teki Silang dan Video Animasi Tentang Sarapan Pagi Terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa SDN 101778 Medan Estate Kec. Percut Sei Tuan Tahun 2020

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Medan, 20 Juni 2020
a.n. DEKAN
Wakil Dekan Bidang Akademik dan
Kelembagaan



Digitally Signed

Dr. Nefi Darmayanti, M.Si
NIP. 196311092001122001

Tembusan:

- Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara Medan

Lampiran 8. Surat Balasan Izin Penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN DELI SERDANG
DINAS PENDIDIKAN
UPT SATUAN PENDIDIKAN FORMAL
SD NEGERI NO. 101778 MEDAN ESTATE
KECAMATAN PERCUT SEI TUAN
 Jl. Mesjid Medan Estate Kode Pos : 20371

SURAT KETERANGAN

Nomor : 421.2/091 / C – 6 / SDN / ME / VII / 2020

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Lengkap : Ngateno, S.Pd
NIP : 19600705 198304 1008
Jabatan : Kepala Sekolah
Tempat Tugas : SD Negeri No. 101778 Medan Estate

Dengan ini menerangkan bahwa nama yang tertera dibawah ini

Nama : Maharani Pohan
NIM : 0801163155
Jurusan/Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat

Bahwasanya benar **Telah Menyelesaikan Penelitian** di Sekolah SD Negeri 101778 Medan Estate. Demikian surat keterangan ini kami perbuat, semoga dapat dipergunakan dengan seperlunya.

Medan Estate, 14 Juli 2020

Kepala Sekolah



Ngateno, S.Pd
NIP.19600705 198304 1008

Lampiran 9. Master Data Penelitian Media TTS

NO	Kelas	Jenis Kelamin	Umur	Total Pretest Pengetahuan TTS	Total Posttest TTS	Total Posttest 2 TTS	Total Pretest Sikap TTS	Total Posttest TTS	Total Posttest 2 TTS
1	V	LK	9	5	6	8	7	8	7
2	V	PR	9	5	8	9	8	10	7
3	V	LK	10	4	8	8	2	8	7
4	V	PR	11	8	8	8	8	7	7
5	V	LK	10	9	9	7	6	9	78
6	V	PR	10	5	6	7	8	8	6
7	V	PR	11	9	7	5	5	8	5
8	V	LK	10	9	7	7	7	7	6
9	V	LK	10	7	8	9	10	7	9
10	V	PR	10	3	9	8	5	7	8
11	V	LK	11	4	7	9	10	8	7
12	V	PR	11	2	8	10	6	6	6
13	V	LK	10	9	8	8	2	8	5
14	V	LK	11	7	9	7	1	9	6
15	V	LK	11	8	7	6	5	6	7
16	V	LK	10	8	8	9	4	8	8
17	V	LK	11	5	10	8	7	7	9
18	V	LK	10	8	9	7	6	8	7
19	V	PR	11	5	8	9	9	9	7
20	V	PR	11	6	6	9	3	9	7

21	V	LK	11	5	8	8	8	8	8
22	V	PR	10	6	7	8	7	9	9
23	V	PR	11	5	9	7	6	10	8
24	V	LK	11	3	8	7	4	9	9
25	V	PR	11	5	9	6	7	8	7
26	V	PR	11	7	7	5	6	7	7
27	V	LK	11	8	9	8	3	8	7
28	V	LK	11	7	9	8	4	9	7
29	V	PR	11	7	7	7	6	9	7
30	V	LK	11	7	9	7	7	9	8
20	V	PR	11	6	6	9	3	9	7
21	V	LK	11	5	8	8	8	8	8
22	V	PR	10	6	7	8	7	9	9
23	V	PR	11	5	9	7	6	10	8
24	V	LK	11	3	8	7	4	9	9
25	V	PR	11	5	9	6	7	8	7
26	V	PR	11	7	7	5	6	7	7
27	V	LK	11	8	9	8	3	8	7
28	V	LK	11	7	9	8	4	9	7
29	V	PR	11	7	7	7	6	9	7
30	V	LK	11	7	9	7	7	9	8

Master Data Media Video Animasi

NO	Kelas	Jenis Kelamin	Umur	Total Pretest Pengetahuan	Total Posttest 1	Total Posttest 2	Total Pretest Sikap	Total Posttest 1	Total Posttest 2
1	IV	LK	9	10	10	7	6	7	10
2	IV	PR	9	10	10	7	7	8	9
3	IV	LK	10	8	8	8	7	9	8
4	IV	PR	10	9	9	9	8	8	8
5	IV	LK	11	10	9	9	6	9	9
6	IV	LK	10	9	9	8	7	8	7
7	IV	PR	9	10	9	9	8	8	7
8	IV	LK	9	7	10	8	7	9	8
9	IV	LK	9	8	9	8	7	10	7
10	IV	PR	10	9	10	8	7	9	8
11	IV	LK	10	10	10	9	8	8	9
12	IV	PR	10	10	9	8	8	9	7
13	IV	LK	10	9	9	9	7	7	5
14	IV	LK	10	9	9	7	7	6	6
15	IV	LK	11	8	10	7	8	9	7
16	IV	LK	10	10	9	7	7	9	8
17	IV	LK	10	10	9	7	6	10	9
18	IV	PR	10	10	9	8	6	9	6
19	IV	PR	10	10	9	9	7	9	6
20	IV	PR	11	9	10	7	7	9	7
21	IV	LK	10	8	10	8	8	9	8

22	IV	PR	10	8	9	9	6	7	9
23	IV	PR	10	8	9	8	7	8	7
24	IV	PR	10	9	10	7	6	9	6
25	IV	LK	11	10	9	7	7	8	5
26	IV	PR	10	10	9	7	6	8	10
27	IV	PR	11	10	9	8	5	9	9
28	IV	PR	10	10	9	7	6	8	8
29	IV	LK	11	10	9	8	4	8	7
30	IV	LK	10	10	9	8	6	8	9

Lampiran 10. Normalitas Data Penelitian

a. Pengetahuan TTS

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Standardized Residual for Pretest	.122	30	.200*	.963	30	.370
Standardized Residual for Posttest	.406	30	.000	.612	30	.000
Standardized Residual for Post2	.350	30	.000	.725	30	.000

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

b. Pengetahuan Video Animasi

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Standardized Residual for Pretest	.150	30	.082	.948	30	.002
Standardized Residual for Posttest	.207	30	.002	.905	30	.000
Standardized Residual for Post2	.196	30	.005	.928	30	.043

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

c. Sikap TTS

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Standardized Residual for PRE	.153	30	.071	.955	30	.231
Standardized Residual for POST	.184	30	.011	.928	30	.000
Standardized Residual for POST2	.254	30	.000	.854	30	.001

a. Lilliefors Significance Correction

d. Sikap Video Animasi

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Standardized Residual for Pre	.275	30	.000	.869	30	.002
Standardized Residual for Post	.185	30	.010	.913	30	.001
Standardized Residual for Post2	.208	30	.002	.920	30	.026

a. Lilliefors Significance Correction

Lampiran 11. Uji Friedman TTS

Ranks	
	Mean Rank
PRE TTS	1.42
POST	2.32
POSTSEMINN GU	2.27

Test Statistics ^a	
N	30
Chi-Square	17.883
Df	2
Asymp. Sig.	.000

a. Friedman Test

2. Uji Friedman Sikap TTS

Ranks	
	Mean Rank
PRE	1.57
POST1	2.23
POST2	2.20

Test Statistics ^a	
N	30
Chi-Square	9.407
Df	2
Asymp. Sig.	.009

a. Friedman Test

Lampiran 12. Uji Friedman Video Animasi

3. Uji Friedman Pengetahuan Video Animasi

Ranks

	Mean Rank
PRE	2.82
POST1	1.97
POST2	1.22

Test Statistics^a

N	30
Chi-Square	48.063
Df	2
Asymp. Sig.	.000

a. Friedman Test

4. Uji Friedman Sikap Video Animasi

Ranks

	Mean Rank
PRE	1.70
POST1	2.13
POST2	2.17

Test Statistics^a

N	30
Chi-Square	4.784
df	2
Asymp. Sig.	.091

a. Friedman Test

Dokumentasi

Penelitian Menggunakan Media TTS :

Pada Saat Pretest



Pada Saat Mengisi TTS



Pada Saat Posttest Pertama



Pada Saat Posttest Kedua



Dokumentasi Menggunakan Media Video Animasi :

Pada Saat Pretest



Saat Penayangan Video Animasi



Pada Saat Posttest Pertama



Pada Saat Posttest Kedua

